Morir para ser YO

«Pude optar entre regresar... o no. Y elegí regresar cuando me di cuenta de que el "cielo" es un estado, no un lugar»

Mi viaje a través del cáncer y la muerte hasta el despertar y la verdadera curación

ANITA MOORJANI

Prólogo por el Dr. Wayne W. Dyer

Lectulandia

Un relato esclarecedor de lo que nos aguarda tras la muerte y el despertar final. Uno de los testimonios espirituales más lúcidos y poderosos de nuestro tiempo.

«Es ésta una historia de amor, un amor inmenso e incondicional con una visión revolucionaria de lo que somos en realidad, de por qué estamos aquí y de cómo podemos superar cualquier miedo o impulso negativo que esté marcando nuestras vidas. A lo largo de más de cuatro años, el avance implacable de un cáncer llevó a Anita a las puertas de la muerte y hasta lo más profundo de la propia morada de la muerte. Ella describe todo ese proceso minuciosamente en este libro, un libro escrito para conmover el alma. Finalmente, logró curar su cuerpo gracias a todo lo que vivió y comprendió en el más allá, y me ha comentado que siente que ha vuelto para enseñar a todo el mundo esta sencilla pero poderosa lección que no sólo puede curarnos a todos, sino también transformar el mundo entero. Yo, personalmente, no tengo ninguna duda de que la misión de su vida está plasmada en la crónica de esta experiencia suya que estás a punto de leer, y de que en alguna parte estaba escrito que yo tenía que ayudarla a que este mensaje crucial llegara a todo el mundo».

Wayne W. Dyer (extraído del prólogo)

Lectulandia

Anita Moorjani

Morir para ser yo

ePub r1.0
Titivillus 04.02.16

Título original: *Dying to be me*
Anita Moorjani, 2012
Traducción: María del Puerto Barruetabeña Díez

Editor digital: Titivillus
ePub base r1.2

Este libro se ha maquetado siguiendo los estándares de calidad de epublibre.org. Sus editores no obtienen ningún tipo de beneficio económico por ello ni tampoco la mencionada página. Si ha llegado a tu poder desde otra web debes saber que seguramente sus propietarios sí obtengan ingresos publicitarios mediante textos como éste

Para Danny, mi amor verdadero. Siempre he sabido que nuestro amor se extiende más allá del tiempo y el espacio. Si no fuera por ti hoy no estaría aquí, en esta vida física.

Para mi querida madre y mi maravilloso hermano Anoop. Gracias por estar ahí para todo cuanto he necesitado en mi vida, pero sobre todo por haber estado a mi lado en mi enfermedad y por cuidarme cuando más os necesitaba. Ojalá todo el mundo tuviera una familia que le cuidara como vosotros me habéis cuidado a mí.

En memoria de mi querido padre, cuyo mayor sueño en la vida fue ver mi boda, pero que dejó este mundo antes de que llegara ese gran día. Gracias por darme la oportunidad de experimentar tu presencia infinita y tu amor incondicional en el otro ámbito, y por hacerme saber que tú estás aquí, allí y en todas partes.

Creo que las mayores verdades del universo no están ahí fuera, en el estudio de las estrellas y los planetas, sino en nuestro interior, en la magnificencia de nuestro corazón, mente y alma. Hasta que no comprendamos lo que hay dentro, no entenderemos lo que hay fuera.

Querido lector, comparto aquí mi historia con la esperanza de llegar a tu corazón y recordarte tu magnificencia.

Prólogo

de Wayne W. Dyer

Todo lo que se cuenta en este libro me llega directamente al corazón. *Y más aún lo hace mi relación personal con Anita Moorjani, que entró en mi vida gracias a una serie de coincidencias que sólo puede calificarse de divina y providencial*.

A lo largo de más de cuatro años, el avance implacable de un cáncer llevó a Anita a las puertas de la muerte, e incluso más allá del umbral y el vestíbulo, por así decir, hasta lo más profundo de la propia morada de la muerte. Anita describe todo ese proceso minuciosamente en este libro, un libro escrito para conmover el alma. Animo encarecidamente a todo el mundo a que lo lea con atención y con la mente abierta por completo, aunque en él encuentre cosas que pongan en cuestión alguna de sus más arraigadas creencias sobre lo que hay después de este mundo, en eso que solemos llamar «*más allá*».

Rodeada de sus seres queridos y del equipo médico que la trataba, que esperaban que exhalara su último aliento en cualquier instante, Anita permanecía sumida en un coma profundo.

Entonces, desafiando todas las probabilidades, se le dio la oportunidad de volver a su cuerpo, arrasado por el cáncer, para protagonizar una curación increíble, propiciada únicamente por el amor incondicional. Más que eso: volvió desde la antesala de la muerte para poder contarnos a todos cómo es la vida más allá del mundo corpóreo y, lo que es más importante, qué es lo que se siente allí.

Ésta es una historia de amor, un amor inmenso e incondicional con una visión revolucionaria de lo que somos en realidad, de por qué estamos aquí y de cómo podemos superar cualquier miedo o impulso negativo que esté marcando nuestras vidas. Anita nos habla del cáncer con una franqueza poco habitual y cuenta por qué se ha visto sometida a la dura prueba que supone la enfermedad, por qué se ha curado y por qué ha vuelto a este mundo desde la antesala del ámbito que hay más allá. Yo, personalmente, no tengo ninguna duda de que la misión de su vida está plasmada en la crónica de esta experiencia suya que estás a punto de leer, y de que en alguna parte estaba escrito que yo tenía que ayudarla a que este mensaje crucial llegara a todo el mundo.

Lo que Anita descubrió durante esas veinticuatro horas en las que estuvo en coma y cruzó el umbral adentrándose en el otro ámbito, está en extraordinaria consonancia con todo lo que yo he percibido en diversos momentos de inspiración mientras escribía mis libros o daba charlas. Ambos estamos convencidos de que la intervención divina ha movido las piezas necesarias para que esta mujer, que vivía al otro lado del planeta, en una cultura totalmente distinta a la mía, llegara hasta mí y

conectara a la perfección con mi experiencia y con mi vida.

La primera vez que oí hablar de Anita fue cuando, a través de Mira Kelly (una mujer de Nueva York que más tarde se convirtió en mi amiga y que fue quien me hizo la regresión a una vida pasada, de la que hablo en mi libro *Wishes Fulfilled, Deseos cumplidos*), me llegó una copia de una entrevista que le habían hecho a Anita sobre su experiencia cercana a la muerte (ECM). Tras leer la entrevista sentí una necesidad irresistible de hacer todo lo que estuviera en mi mano para que el mensaje cautivador que encerraban sus palabras se difundiera y llegara a todo el mundo. Llamé a Reid Tracy, el presidente de la editorial Hay House, y le pedí que encontrara a Anita Moorjani y la convenciera para que escribiera un libro en el que narrara su experiencia con todo lujo de detalles. Y añadí que me encantaría… No, más aún, que me sentiría honrado de escribir un prólogo para el libro si ella quería embarcarse en tal proyecto. Gracias a una serie de maravillosas sincronicidades (entre ellas una llamada de Anita desde Hong Kong a mi programa de radio semanal, que se emite en www.hayhouseradio.com y que me dio la oportunidad de hacerle una entrevista que se retransmitió a todo el planeta), ambos conectamos a nivel profesional y personal.

Anita me contó que ella siente que todos nosotros somos puro amor, que no sólo estamos conectados de alguna forma con todos los demás seres humanos y con Dios, sino que a un nivel más profundo todos *somos Dios;* que hemos permitido que nuestros miedos y nuestro ego dejen a Dios fuera de nuestras vidas, y que eso tiene una relación directa no sólo con las enfermedades de nuestro cuerpo, sino también con las de nuestro mundo. Me habló de aprender a atesorar nuestra magnificencia y vivir como seres de luz y amor, y también de las propiedades curativas inherentes a la mente humana. Anita me describió cómo fue experimentar la ausencia de tiempo y espacio, y sentir por primera vez que la unidad es más que un concepto intelectual: que verdaderamente todo está ocurriendo a la vez. Me dijo que se sentía rodeada por un aura de amor puro y feliz, y que ese sentimiento ha demostrado tener un ilimitado potencial para curar. Ella vio hacerse realidad en su vida las palabras de Jesús: «Con Dios todo es posible», y entendió su verdadero significado, que lo engloba todo y no deja nada al margen, ni siquiera el pasado. Anita comprobó personalmente lo que yo había escrito en *Wishes Fulfilled*: que ante la auténtica presencia de Dios no son aplicables las leyes de lo material (incluidas las de la medicina).

Tenía que conocer a esa mujer. A partir de nuestras conversaciones telefónicas empecé a sentir vivamente la esencia espiritual de Anita y su mensaje de esperanza, un mensaje que había llegado para sustituir al miedo. La animé no sólo a que escribiera este libro, sino también a que apareciera conmigo en la cadena PBS y contara su historia de amor, esperanza y curación a todo el mundo.

Envié a mi madre la entrevista de Anita y su descripción de su experiencia cercana a la muerte. Mi madre, que tiene noventa y cinco años y vive en una residencia de ancianos, ve la muerte con bastante frecuencia, ya que muchos de sus nuevos amigos de avanzada edad fallecen mientras duermen o se van para siempre de

alguna otra forma. He tenido muchas conversaciones con ella sobre lo que piensa del gran misterio que llamamos muerte, que es el destino de todos los seres vivos: todo lo material debe en algún momento perder ese estado. Todos conocemos racionalmente esta verdad, pero lo que nos espera al abandonar este estado sigue siendo un gran misterio.

Después de leer la entrevista de Anita, mi madre dijo que le había embargado una gran sensación de paz que hizo que desapareciera todo su miedo, ansiedad y estrés por lo que podía traer esa gran desconocida que es la muerte. De hecho, todos los que han leído lo que Anita cuenta de su experiencia cercana a la muerte, incluidos mis hijos, han sentido una esperanza renovada y han decidido que, por encima de todo, se van a amar a sí mismos, que intentarán atesorar su magnificencia y eliminar todos los pensamientos que puedan atraer enfermedades a su vida diaria. Mientras yo me había limitado a escribir sobre estas ideas, Anita las había traído todas a mi casa y al mundo a través de su experiencia.

Anita logró curar su cuerpo gracias a todo ello, y me ha comentado en muchas ocasiones que siente que ha vuelto para enseñar a todo el mundo esta sencilla pero poderosa lección que no sólo puede curarnos a todos, sino también transformar el mundo entero. Y es por eso, estoy seguro, por lo que Dios nos unió a Anita y a mí. Siempre he sentido que es mi *kharma* mostrar a todas las personas su propia divinidad y descubrirles que lo más elevado que hay en su interior es el mismo Dios. Nosotros no somos estos cuerpos, ni tampoco nuestros logros ni nuestras posesiones; nosotros somos uno con la fuente de toda vida que es Dios. Mientras escribía todo esto en *Wishes Fulfilled*, Anita Moorjani llegaba a mi vida sustanciando así la culminación de todo lo que yo estaba sintiendo y escribiendo. Ella lo había vivido y lo contaba con inmensa belleza. Y ahora podemos disfrutar de la bendición de leer todo lo que Anita llegó a aprender en su furiosa lucha contra un cáncer muy avanzado y durante su sereno viaje de vuelta gracias a la experiencia directa de la curación divina, lo que nos brinda la oportunidad de aplicarlo en nuestras propias vidas.

Tengo el honor de representar un pequeño papel en la gran misión de trasmitir este esperanzador mensaje de que el amor es la cura definitiva. Espero que las palabras de Anita se conviertan en un instrumento para eliminar todas y cada una de las enfermedades de nuestro cuerpo, de nuestras relaciones, de nuestro país, sea el que sea, y de nuestro mundo. Como dijo muy poéticamente una vez Elizabeth Barrett Browning: «La Tierra está llena de Cielo y Dios arde en cada arbusto». La curación y el Cielo en la Tierra están en nuestras manos y en manos del amor.

Disfruta de este libro verdaderamente maravilloso de Anita. Todo mi amor está con este libro y con ella.

DOCTOR WAYNE W. DYER
Maui, Hawai, Estados Unidos

Introducción

Mi principal propósito a la hora de compartir mi historia es evitar que otras personas tengan que pasar por lo que tuve que pasar yo.

No pretendo decirle a nadie cómo debe vivir su vida, ni tampoco dar consejos sobre los cambios que hay que hacer; no me gusta hacerlo ni aunque alguien me pregunte directamente. Prefiero contribuir dando ejemplo y creando un ambiente propicio para que los demás entren en contacto con su propia verdad.

He pensado en ello a menudo desde lo que me sucedió durante el invierno y la primavera de 2006. Entonces tuve una experiencia cercana a la muerte (ECM) y después me curé de un cáncer con el que llevaba luchando cuatro años. Durante mi ECM vi y percibí ciertos aspectos de mi vida, y comprendí que una de las razones por las que elegí volver a mi vida terrenal era porque mi experiencia y mi mensaje podían servir a otras personas.

En aquel estado, supe de algún modo que estaba destinada a inspirar a miles de personas; incluso a decenas de miles. Pero no tenía claro cómo iba a hacerlo; sólo sabía que de alguna forma iba a conseguir ayudar a mucha gente. En concreto, tuve la sensación de que no necesitaba hacer nada para que eso ocurriera. Sólo tenía que ser yo misma y disfrutar de la vida, permitiéndome ser un instrumento para que ocurriera algo más grande.

Y así ha sido. He llegado a hablar y escribir sobre mi experiencia en respuesta a peticiones provenientes de los campos de la medicina y la ciencia, así como de personas que buscaban respuestas sobre la naturaleza del mundo y de sus propias experiencias. A ello se debe que este libro haya acabado cobrando forma. (Los detalles sobre esto podrás leerlos en el capítulo 14). En esta obra explico libremente lo que he aprendido como resultado del cáncer y de mi ECM. Disfruto compartiendo mi experiencia y la comprensión de la vida que obtuve de ella, sobre todo cuando siento que, de este modo, otros pueden beneficiarse.

Mi historia empieza en la primera parte del libro, donde cuento cómo crecí en una ciudad que es punto de encuentro de múltiples culturas, cada una de las cuales sostiene creencias muy distintas de las otras y a menudo contradictorias con las demás. Aquí explico cómo eso me conformó, alimentando unos miedos que con el tiempo se manifestaron en mi enfermedad. Después sigo relatando cómo transcurrió mi viaje hacia la madurez y finalmente mi descenso a la prisión del cáncer.

En la segunda parte exploro la ECM en sí misma, lo que experimenté y comprendí en ese momento y lo que ocurrió después. Curarme del cáncer y hallar mi nuevo lugar en el mundo ha sido un viaje sorprendente, desafiante y muy vivificador.

En la tercera parte describo lo que entiendo ahora sobre la curación, sobre cómo es el mundo actual y sobre cómo podemos vivir reflejando lo que de verdad somos,

permitiendo que nuestra magnificencia brille a través de nosotros. Finalmente incluyo una sección de preguntas y respuestas que contiene las preocupaciones más comunes y las más esclarecedoras que la gente me ha transmitido.

Pero antes de compartir contigo lo que he aprendido de mi experiencia, me gustaría aclarar que no afirmo conocer ninguna verdad científica ni universal y que no quiero ser el gurú espiritual de nadie. Tampoco pretendo ser el origen de una nueva religión ni sistema de creencias. Mi objetivo es ayudar, no convencer.

Quiero hacer especial hincapié en que no es necesario tener una ECM para curarse. Mi intención es compartir contigo los desencadenantes emocionales y psicológicos que contribuyeron a que sufriera yo de cáncer, con la esperanza de que, al identificar esos factores, cualquier persona pueda reducir, o incluso erradicar, las posibilidades de enfermar. Al mismo tiempo, si tú o alguien cercano a ti tiene cáncer o alguna otra enfermedad grave, quiero que sepas que hay muchos caminos para llegar a la curación. Te sugiero que sigas el que sientas que es mejor y el que esté en consonancia con tu personalidad.

Si lo que buscas son una serie de principios o instrucciones que puedas seguir paso a paso, entonces has elegido el libro equivocado, porque yo no creo en los dogmas «talla única». Eso sólo consigue limitar lo que cada uno es. Incluso cuando hablo de quererme a mí misma, mi intención no es poner el foco en mí, sino que tú experimentes ese mismo sentimiento en tu interior. Al compartir mi experiencia y mi perspectiva, mi único propósito es encender la chispa de magnificencia que hay en tu interior y en el interior de todas las personas. Sólo deseo despertar al gurú durmiente que hay dentro de ti para que te guíe hasta tu lugar en el centro del universo.

¡Espero que encuentres la felicidad en todos y cada uno de los días de tu viaje por la vida y que llegues a amarla tanto como yo la amo ahora!

Primera parte

BUSCANDO EL CAMINO CORRECTO

PREFACIO

EL DÍA EN QUE «MORÍ»

«¡Oh, Dios mío! Me encuentro genial. ¡Me siento tan libre y ligera! ¿Qué ha pasado que ya no siento ningún dolor en el cuerpo? ¿Dónde está todo eso? ¿Y por qué parece que lo que me rodea se está alejando de mí? Pero no tengo miedo. ¿Por qué no tengo miedo? ¿Qué ha sido de todos mis miedos? ¡Oh, vaya, parece que ya no hay ningún temor!».

Éstos eran algunos de mis pensamientos mientras me llevaban de urgencia al hospital. El mundo que había a mi alrededor empezó a parecerme irreal, como salido de un sueño, y pude sentir cómo me iba alejando cada vez más de la consciencia para entrar en un estado de coma. Mis órganos empezaron a apagarse, sucumbiendo al cáncer que había saqueado o, más bien, devorado mi cuerpo, durante los últimos cuatro años.

Era el 2 de febrero de 2006, una fecha que quedará grabada para siempre en mi memoria como el día en que «morí».

Durante mi estado de coma fui totalmente consciente de todo lo que estaba pasando a mi alrededor; también de la sensación de urgencia e histeria emocional de mi familia mientras me trasladaban al hospital.

Cuando llegamos, en el mismo momento en que la oncóloga me vio, su cara mostró claramente la gravedad de la situación.

—Puede que el corazón de su mujer siga latiendo —le dijo a mi esposo, Danny —, pero ella ya no está aquí. Es demasiado tarde para salvarla.

«¿De qué está hablando la doctora? —me pregunté—. ¡No me he sentido mejor en mi vida! ¿Y por qué mi madre y Danny parecen tan asustados y preocupados? Mamá, no llores. ¿Qué ocurre? ¿Estás llorando por mí? No te preocupes. Estoy bien, de verdad, mamá, ¡lo estoy!». Pensaba que estaba diciendo esas palabras en voz alta, pero ningún sonido salía de mi boca. No tenía voz.

Quería abrazar a mi madre, reconfortarla y asegurarle que estaba bien, y no comprendía por qué no podía hacerlo. ¿Por qué no estaba cooperando mi cuerpo? ¿Por qué estaba allí tumbada, inerte, cuando lo que quería hacer era abrazar a mi marido y a mi madre, y decirles que estaba bien y que ya no sentía dolor?

«Mira, Danny, puedo moverme sin necesidad de utilizar la silla de ruedas. ¡Es fantástico! Ya no tengo que estar conectada a la bombona de oxígeno. Oh, mira, puedo respirar y han desaparecido las lesiones que tenía en la piel. Ya no lloro ni tengo dolores. Tras cuatro agónicos años, por fin estoy curada».

Estaba a punto de explotar de puro júbilo y felicidad. Finalmente había podido librarme del dolor que me causaba ese cáncer que devastaba mi cuerpo. Quería que se

alegraran por mí. ¿Por qué no estaban celebrando que mi lucha y la suya por fin habían terminado? ¿Por qué no compartían mi felicidad? ¿No podían ver la gran alegría que sentía?

—Tiene que haber algo que se pueda hacer —le suplicaron Danny y mi madre a la doctora.

—Sólo es cuestión de horas —les respondió la oncóloga—. ¿Por qué su médico no nos la ha derivado antes? Sus órganos ya se están apagando y por eso ha entrado en este coma. No creo que sobreviva a esta noche. Me están pidiendo lo imposible. Cualquier cosa que le administremos en este estado podría ser tóxica y fatal, porque sus órganos no están funcionando.

—No me voy a rendir —insistió Danny.

Mi marido me cogió la mano inerte con fuerza mientras yo seguía tumbada, y pude notar la combinación de angustia e impotencia que había en su voz. Lo que más deseaba en ese momento era aliviarle el sufrimiento. Quería que supiera que me sentía maravillosamente, pero no podía transmitírselo de ninguna forma.

«No le hagas caso a la doctora, Danny, por favor. ¿Por qué está diciendo eso? Todavía estoy aquí y estoy bien. Mejor que bien. La verdad es que me encuentro genial».

No comprendía por qué, pero estaba percibiendo lo que sentía todo el mundo en ese momento, tanto mi familia como la doctora. Podía sentir su miedo, su ansiedad, su impotencia y desesperación. Era como si sus emociones fueran las mías, como si yo me hubiera convertido en ellos.

«Siento tu dolor, cariño. Siento todas tus emociones. No llores por mí, por favor, y dile a mamá que no llore tampoco. Díselo, por favor».

Pero a la vez que me sentía emocionalmente vinculada con lo que estaba sucediendo a mi alrededor, también sentía que me alejaba, como si hubiera una imagen más amplia, un plan más grande que se estuviera desplegando ante mí y del que yo tenía que ser consciente. Sentí que mi vinculación con aquella escena iba disminuyendo, a la vez que empezaba a darme cuenta de que todo era perfecto y que estaba yendo de acuerdo a un plan que encajaba en un tapiz mayor.

Fue entonces cuando entendí que me estaba muriendo.

«Oh, me muero… ¿Es así como se siente? No es como lo había imaginado. Me siento tan en paz y en calma… Y me siento curada por fin».

Y entonces comprendí que aunque mi cuerpo físico se detuviera, todo seguiría siendo perfecto en el gran tapiz de la vida, porque nunca morimos del todo.

Continué siendo perfectamente consciente de todos los detalles de lo que ocurría a mi alrededor mientras el personal del hospital llevaba mi cuerpo casi sin vida a la unidad de cuidados intensivos. Después los asistentes me rodearon rápidamente y empezaron a conectarme a varias máquinas mientras me introducían agujas y tubos.

No me sentía vinculada con mi cuerpo inerte allí tumbado, en la cama del hospital. No me parecía que fuera mi cuerpo. Parecía demasiado pequeño e

insignificante para albergar lo que estaba experimentando. Me sentía libre y grande. Todos los dolores, tristezas y penas habían desaparecido. Sentía que había dejado atrás cualquier carga. No recuerdo haberme sentido así nunca, jamás.

Entonces tuve la sensación de estar rodeada por algo que sólo puedo describir como amor puro e incondicional; pero la palabra «amor» no le hace justicia a aquella sensación: era el afecto más profundo que he experimentado en la vida. Iba más allá de cualquier forma de cariño que hubiera imaginado, y era incondicional; era mío independientemente de cualquier cosa que hubiera hecho. No tenía que hacer nada ni comportarme de ninguna forma para merecerlo. Ese amor era para mí, hiciera lo que hiciera.

Me sentí bañada y renovada por esa energía amorosa, y ella me llenó de un sentimiento de pertenencia. Después de años de lucha, dolor, ansiedad y miedo, al fin había llegado a casa.

CAPÍTULO 1

Una educación diferente

Aunque mis padres, eran de etnia india, originarios de Hyderabad Sindh, yo nací en el bello país de Singapur.

Mi abuelo paterno era comerciante de telas y poseía una empresa familiar en Sri Lanka, a través de la cual importaba y exportaba telas europeas, indias y chinas a todo el mundo. Debido a la naturaleza de su empresa, mi padre tuvo que viajar por todo el planeta antes de establecerse por fin en la colonia británica de Hong Kong, nada más cumplir yo los dos años.

Esos orígenes me sumergieron en tres culturas e idiomas a la vez. Hong Kong, una metrópolis vibrante y bulliciosa, es una ciudad con una mayoría de población china, así que con los nativos aprendí a hablar cantonés. A la vez, mis padres nos enviaron a mi hermano Anoop y a mí a colegios británicos, donde las clases se daban en inglés y la mayoría de nuestros compañeros eran expatriados británicos. Pero en mi casa se hablaba nuestro idioma sindhi nativo y llevábamos una vida de estilo hindú.

Mi padre era un hombre alto y apuesto que imponía respeto a su familia. Aunque yo sabía que nos quería, su forma de ser era estricta y esperaba que todos cumpliéramos sus reglas. Yo le tenía miedo, y cuando era niña intentaba no cruzarme mucho con él. Por el contrario, mi madre siempre fue cariñosa con mi hermano y conmigo, y nunca tuve miedo de compartir mis sentimientos con ella.

Yo adoraba con todas mis fuerzas a Anoop. Ambos nos hemos sentido muy unidos durante toda nuestra vida, a pesar de que él es cinco años mayor que yo. Para los niños es una diferencia de edad considerable, así que muy pocas veces jugábamos juntos, y tampoco nos peleábamos. Yo le admiraba en silencio, y él era muy protector conmigo. Me sentía muy segura cuando él estaba cerca, y sabía que podía hablar con él de cualquier cosa. Siempre fue una influencia masculina más poderosa en mi vida que mi padre.

Al ser mis padres hindúes tradicionales, su matrimonio había sido concertado por sus padres y, por ello, daban por descontado que, con el tiempo, cuando tuviéramos edad suficiente, ellos encontrarían las parejas adecuadas para mí y para Anoop. La tradición exigía, además, que la mujer estuviera al servicio de su marido y de los demás hombres de la casa.

Esa desigualdad es muy común en mi cultura, pero de pequeña nunca cuestioné esos valores y simplemente daba por descontado que así era como tenían que ser las cosas. Mi primera experiencia incómoda con esa desigualdad se produjo cuando tenía la corta edad de seis años y escuché accidentalmente una conversación entre otra

señora y mi madre.

—¿No te sentiste decepcionada cuando nació tu segundo bebé y resultó ser una niña? —le preguntó esa mujer a mi madre en nuestro dialecto indio.

Sentí que la ansiedad crecía en mi interior mientras esperaba la respuesta.

—No, claro que no. ¡Yo quiero mucho a mi hija! —respondió mi madre para mi gran alivio.

—Pero las niñas son un problema, sobre todo cuando crecen —prosiguió la mujer —. Con las niñas tienes que preocuparte de no mimarlas demasiado, o no conseguirán un buen marido. Y la dote que hace falta para casar a una hija aumenta con cada año que pasa.

—No se puede predecir el futuro. Todos los niños traen consigo su propio destino, sean varones o mujeres —recuerdo que respondió mi madre sabiamente.

—¡Bueno, yo estoy tan contenta de tener dos hijos varones! —dijo la mujer con orgullo, e incluso mi tierna mente fue capaz de reconocer la sensación de éxito que sentía aquella mujer y que se traslucía en esa frase.

Más tarde, cuando estuve a solas con mi madre, le pregunté:

—Mamá, ¿es verdad que las niñas son un problema?

—No, claro que no, *Beta* querida —me respondió (*Beta* es un término cariñoso que significa «mi niña» en nuestro dialecto).

Mi madre me atrajo hacia ella y me abrazó, y recuerdo que en ese momento pensé: «No quiero ser nunca un problema para mis padres sólo porque sea una niña, para que nunca lamenten que no haya sido yo un niño».

Nuestra primera casa en Hong Kong fue un apartamento en un edificio de nueve plantas en Happy Valley que tenía vistas al hipódromo. Yo me pasaba horas mirando por las ventanas a los *jockeys*, ataviados con camisas de seda de múltiples colores, mientras entrenaban a los caballos para las carreras del fin de semana.

La línea del tranvía pasaba por la calle principal que había justo a la salida de nuestro bloque de apartamentos. Cuando los tranvías pasaban traqueteando por debajo de mi casa, interrumpían ruidosamente las ensoñaciones en las que me sumía mientras miraba por la ventana de nuestro apartamento de la séptima planta.

Casi todas las mañanas, al salir de la cama, percibía la potente y familiar fragancia del incienso de sándalo y rosa. Siempre me ha encantado ese aroma, porque me trasmite una sensación de paz y serenidad. Solía encontrarme a mi madre a punto de entrar en la sala de oración que teníamos en nuestra casa, vestida con uno de sus *salwaar kameez*, el multicolor atuendo indio tradicional confeccionado de finas sedas indias o de *chiffon* francés.

Todas las mañanas mis padres meditaban, rezaban y cantaban mantras en el altar frente a las deidades Krishna, Laxmi, Shiva, Hanuman y Ganesha. Lo hacían para elevar su consciencia y lograr la fuerza interior necesaria para enfrentar un nuevo día. Mis padres seguían lo prescrito en los vedas hindúes, así como las enseñanzas del gurú Nanak y su libro sagrado, el *Guru Granth Sahib*.

Muchas veces me sentaba ante del altar para observar atentamente a mis padres encender el incienso y hacer con él un movimiento circular frente a las pequeñas estatuas e imágenes de los diferentes dioses y diosas mientras cantaban sus *puja* (la típica oración hindú), y después los imitaba.

Seguidamente me ponía a observar a nuestra niñera china, Ah Fong, que hacía sus tareas sin parar de hablar conmigo en cantonés. Vestida con el *samfoo* (vestimenta tradicional china) blanco y negro, su cuerpo diminuto se movía incesantemente de aquí para allá por la casa. Le tenía mucho cariño a Ah Fong. Llevaba con nosotros desde que yo tenía dos años, y no recuerdo ningún momento en que ella no fuera parte de nuestra familia.

En un día laborable normal, no veía a mis padres hasta primera hora de la noche. Ah Fong me recogía en el colegio y, tras llevarme a casa para comer, solíamos salir al mercado a comprar alimentos frescos y otros productos para la casa. Íbamos en tranvía y a mí me encantaba acompañarla a hacer los recados.

Cogíamos el tranvía en la parada que había justo delante de nuestro edificio de apartamentos. Para mí era una gran aventura. Miraba por la ventanilla mientras el vehículo transitaba por las estrechas y pobladas calles de Hong Kong a través de las barriadas de Happy Valley, Causeway Bay y Wan Chai. Después nos bajábamos en el mercado y Ah Fong me agarraba con fuerza de la manita. Yo me lo pasaba muy bien con todas las imágenes, olores y sonidos que me rodeaban, porque mis padres nunca me llevaban a lugares tan emocionantes. Ellos iban a los sitios en coche y sólo compraban en grandes almacenes, que a mí me parecían aburridos, en comparación con ese caleidoscopio de colores y sensaciones.

En los mercados se vendía de todo, desde alimentos frescos y productos para el hogar, hasta chucherías y baratijas. Los vendedores proclamaban a gritos sus mercancías desde sus puestos, distribuidos sin ningún orden especial. Había puestos de verduras junto a otros donde se vendían zapatos, flores, cacerolas y sartenes, juguetes de plástico, frutas de infinidad de colores, bisutería para adornar la ropa, globos, pescado fresco, carne, calcetines y medias, servilletas y toallas, manteles, etc. La mayoría de los puestos tenían la mercancía esparcida sobre la misma calle. Yo me pasaba las horas hipnotizada contemplando aquel despliegue.

—¡Ah Fong, Ah Fong! Mira eso. ¿Qué hace ese hombre con la serpiente? —le chillaba emocionada en un cantonés fluido.

—Es un vendedor de serpientes. Ese hombre va a atar la serpiente y esa familia se la va a llevar a casa para hacer con ella sopa de serpiente —me respondía Ah Fong.

Yo seguí mirando maravillada y con los ojos muy abiertos, mientras la serpiente se retorcía luchando para liberarse de las hábiles manos de su vendedor, aunque no tenía escapatoria. Sentí compasión por la pobre criatura mientras veía cómo la ataban expertamente con tiras de bambú y la metían en una malla de alambre.

Me encantaba ir al mercado con Ah Fong. Esas salidas eran alimento para mi poderosa ansia de aventuras.

A pesar de que llevaba muchos años viviendo con nosotros, Ah Fong seguía bajando la mirada o apartándola cada vez que mi madre o mi padre entraban en la habitación. Y a mí, que era una niña curiosa que estaba siempre haciéndole preguntas acerca de todo, no se me escapó su comportamiento. Intentaba constantemente encontrar sentido a las diferencias culturales entre Ah Fong y mis padres.

—¿Por qué haces eso? —preguntó la niña de seis años que era yo entonces.

—¿Por qué hago qué? —fue la respuesta de Ah Fong.

—¿Por qué bajas la mirada cuando mis padres están cerca de ti? —le pregunté en cantonés.

—Para mostrar respeto —me explicó.

—¿Por qué?

—Porque tus padres son las personas que me emplean. Quiero demostrarles respeto y reconocer que son mis superiores.

—¿Son tus superiores? —Me sorprendió mucho esa información.

—Sí, porque son los que me dan trabajo.

—¿Y yo soy tu superior? —seguí preguntando.

Ah Fong se rio afablemente, porque ya estaba acostumbrada a mi mente persistentemente inquisitiva.

—No, porque tú no me das trabajo. Yo estoy aquí para cuidar de ti.

—Oh, bien —repuse, y dejé el tema para irme a jugar con mi muñeca nueva.

También me gustaba mucho jugar con la hija de Ah Fong, Ah Moh Yee. Desde que yo tenía unos cinco años, Ah Moh Yee venía los fines de semana a nuestra casa para estar con su madre. Sólo tenía un año más que yo, y como yo hablaba muy bien cantonés, nos hicimos amigas. Me gustaba pasar el tiempo con ella. Jugábamos juntas con mis juguetes e íbamos al parque que había en las inmediaciones. Mis padres se alegraban de que tuviera una compañera de juego en casa todos los fines de semana.

El domingo era el día libre de Ah Fong. Ese día se llevaba a Ah Moh Yee a comer fuera y después de vuelta a la casa de sus abuelos maternos, donde la niña vivía durante la semana. (En aquel entonces nunca me sorprendió tal situación, pero al recordarla ahora me doy cuenta de que Ah Fong era madre soltera y que tenía que criar a Ah Mo Yee con la ayuda de su familia). Ah Fong me llevaba con ellas si yo no iba a salir con mis padres, y yo disfrutaba mucho de esas salidas.

Como siempre, íbamos juntas a todas partes en tranvía. Primero íbamos a un puesto de comida china para comer. Esos lugares, que en cantonés se llaman *dai pai dong*, estaban en la calle, al aire libre, así que nos sentábamos en pequeños bancos de madera y sorbíamos cuencos de sopa caliente con fideos y *won tons* (bolitas de pasta rellenas de carne) mientras el tráfico pasaba a nuestro lado. Después de comer, Ah Fong nos llevaba a la casa donde vivía Ah Mo Yee con sus abuelos, un apartamento sin ascensor con una sola estancia, de estilo chino, de poca altura y con escaso mobiliario. Yo, deseosa de explorar todos los rincones, recorría en la oscuridad el interior de piedra del apartamento, mientras Ah Fong tomaba el té con sus padres.

Ellos lo bebían en tacitas con esmaltes de dragones, tigres y otros animales del zodíaco chino, y a mí me daban un vaso de cristal con zumo o té azucarado.

Nunca me cansaba de ir allí, y aunque me aburriera de la conversación, me entretenía contemplando a través de los grandes ventanales acabados en arco la calle que había debajo, donde, a un lado, los vendedores de marisco seco exponían las vieiras frescas y el pescado sobre esteras para que se secaran bajo el potente sol vespertino.

Como puede verse, mi infancia fue una mezcla de Oriente y Occidente. Dado que Hong Kong era una colonia británica habitada principalmente por chinos, las Navidades y la Pascua se celebraban con el mismo entusiasmo que la Fiesta de los Espíritus Hambrientos y el Festival de la Luna.

Ah Fong y Ah Mo Yee me enseñaron las tradiciones y creencias chinas, y también el significado que había tras esos festivales, y a mí me encantaba que Ah Mo Yee se quedara con nosotros siempre que tenía vacaciones. Por ejemplo, la Fiesta de los Espíritus Hambrientos se celebraba la decimocuarta noche del séptimo mes del calendario lunar. Ese día las familias rezaban por las penas de sus parientes difuntos y hacían ofrendas a los ancestros que habían muerto. Anoop y yo veíamos a Ah Fong, a Ah Mo Yee y a Ah Chun, la cocinera, hacer ofrendas a sus parientes difuntos quemando figuritas hechas de papel. Encendían un fuego dentro de una gran urna en la parte trasera de la casa, al pie de las escaleras que había tras la cocina, y echaban esos papeles al fuego. Eran imágenes de coches, casas o incluso dinero. Se hacían para que sus ancestros recibieran esos lujos en el más allá.

—Ah Fong, ¿de verdad va a recibir tu abuelo una casa en el cielo si quemas esa casita de papel? —le preguntaba con curiosidad.

—Sí, Anita. Mis abuelos esperan que yo siga recordándolos y manteniéndolos, incluso en la otra vida. Todos tenemos que respetar a nuestros ancestros —me respondió.

Ah Fong, Ah Chun y Ah Mo Yee se sentaban después a comer, en una mesa ubicada al fondo de la cocina, los alimentos que Ah Chun había pasado gran parte del día cocinando, y dejaban un lugar vacío para que los parientes fallecidos pudieran unirse a las festividades. Hacían ofrendas de comida que depositaban en ese lugar reservado para los difuntos. Yo a veces comía con ellas, e incluso me preocupaba de que sus ancestros tuvieran delante suficiente comida.

Uno de mis momentos favoritos del año era el Festival de la Luna, en el que podía escoger un farolillo de papel de algún color brillante de los muchísimos que colgaban de los techos de las tiendas locales. Los farolillos tenían multitud de tamaños y formas, incluyendo las de los animales del zodíaco chino. Ah Fong nos llevaba a Ah Mo Yee y a mí a escoger un farolillo en las tiendas que había detrás del mercado, y a mí el que más me gustaba era siempre el que tenía forma de conejo.

En cierto modo, este festival es similar al día de Acción de Gracias norteamericano. En el caso chino, consiste en una celebración de gratitud hacia la

gran luna que propicia las cosechas. La ceremonia incluye comer y repartir pastelitos de luna, de los que hay muchas variedades. Después se encienden las velas que hay dentro de esos preciosos farolillos de papel y se sacan al exterior. Junto con los otros niños del vecindario, Ah Mo Yee y yo colgábamos los farolillos en los árboles o vallas cercanos a nuestra casa. Esa noche nos dejaban quedarnos levantadas hasta más tarde de lo normal, y jugar a la luz de los farolillos y de la luna más llena y brillante del año.

Por su parte, mi familia celebraba las festividades indias con gran entusiasmo, incluyendo el Diwalu (el festival hindú de las luces). Siempre llevábamos ropa nueva para la ocasión, y para mí era una época muy divertida. Incluso desde muy pequeña me encantaba la idea de ir de compras para adquirir un vestido nuevo para esa festividad. Mi madre nos llevaba a mi hermano y a mí a Lane Crawford, que en aquel momento eran los almacenes más grandes del distrito de negocios del centro de Hong Kong. Recorríamos el departamento de ropa infantil mirando yo vestidos y pichis, y mi hermano camisas y pantalones. Mi madre me ayudaba a escoger el atuendo que, para esa época del año, debía ser cuanto más colorido, mejor, para ir vestida acorde con la festividad.

En la noche de la fiesta, toda mi familia se ponía su ropa nueva. Mi madre solía estrenar un sari lleno de color y se ponía todas sus joyas. Mi padre se ponía sus tradicionales *kurta patloon* (pantalones y camisa indios). Mi hermano llevaba su camisa y sus pantalones recién comprados y yo el vestido nuevo. Después de ponernos de punta en blanco, acudíamos al templo hindú de Happy Valley para mezclarnos con el resto de la comunidad india y cantar *bhajans* (canciones devocionales hindúes). Nuestras voces, salpicadas de campanas, resonaban en el alto techo abovedado del templo y se alejaban flotando en el aire de la noche. Recuerdo el sonido de las campanas del templo reverberando en todo mi ser, llegando hasta una parte muy profunda de mi alma. En todas las festividades hindúes el patio del templo se llenaba de color, música y bailes, y los intensos aromas de la especiada comida vegetariana india se mezclaban con la dulce fragancia del incienso. ¡Cómo me gustaba ese ambiente!

—Mamá, voy adelante para que el *mahraj* (sacerdote indio) me ponga bermellón en la frente —le gritaba muy emocionada en sindhi a mi madre, y después me escabullía entre la muchedumbre llena de colores.

El punto rojo que el *mahraj* pone en la frente de las personas simboliza la apertura del tercer ojo, y yo siempre que iba al templo me aseguraba de que me pusieran esa marca en la frente.

Por mis raíces hindúes, crecí creyendo en el karma y en la reencarnación. Muchas de las religiones orientales se basan en estas leyes y creen que el propósito de la vida es aumentar nuestra consciencia y evolucionar espiritualmente en cada ciclo de nacimiento y muerte hasta alcanzar la iluminación. En ese punto se cierra el círculo y ya no necesitamos volver a reencarnarnos en un cuerpo de carne y hueso. Ese estado

se denomina «nirvana».

A veces sentía ansiedad al pensar en ello, y entonces ponía mucho cuidado de no hacer nada que pudiera crearme un karma negativo en una vida futura. Ya desde muy pequeña, mi mente pensaba sin parar en lo que podía crear un buen karma y en lo que podía originar uno malo, porque quería perfeccionarme basándome en la escala de medidas creada por mis creencias culturales.

Mi religión hindú me enseñó también que la meditación y los cánticos son dos de los muchos métodos que se suelen usar para limpiar la mente de pensamientos impuros y ayudarnos en nuestra búsqueda de la iluminación. La meditación ayuda a desarrollar la consciencia de que somos mucho más que nuestro ser físico, de modo que cuando me hice mayor ya era consciente de que somos más que nuestra mera biología.

CAPÍTULO 2

Muchas religiones, muchas sendas

En contraste con las tradiciones hindúes que iba aprendiendo en mi casa, mi primera educación formal tuvo lugar en una escuela católica regentada por monjas. Fue entonces, con apenas siete años, cuando empecé a experimentar el impacto de las diferencias culturales y religiosas.

El colegio estaba ubicado en un edificio antiguo muy bello y amplio que tenía tres pisos y estaba coronado por una preciosa capilla abovedada. Estaba convenientemente cerca de nuestra casa, de modo que se podía ir caminando. El primer día de clase me puse el uniforme nuevo muy orgullosa. Consistía en un pichi blanco almidonado y un *blazer* azul marino adornado con un elegante emblema rojo. Me sentí muy bien cuando entré en el colegio y vi que los demás niños y niñas iban vestidos igual que yo. El uniforme me proporcionaba una sensación de pertenencia. Además, todos los días empezábamos cantando himnos, que era otra cosa que me gustaba mucho.

—¿Cómo es que tu familia no va a la iglesia los domingos? —me preguntó mi compañero de clase Joseph un día, cuando ya llevaba yendo a ese colegio más o menos un mes.

—Es que nosotros no somos católicos; somos hindúes y vamos al templo los lunes por la noche —le respondí.

—Tienes que decirles a tus padres que te lleven a la iglesia para rezarle a Dios todos los domingos, o no irás al cielo cuando te mueras —me dijo Joseph.

—¿Seguro? —le pregunté—. Porque si eso fuera así, mis padres lo sabrían.

—Seguro, seguro. Pregúntale a cualquiera de la escuela. O mejor, pregúntale a la hermana Mary en la próxima clase de catequesis. Seguro que ella sabe lo que quiere Dios —aseguró.

Me caía bien Joseph. Parecía que yo realmente le importaba y que quería que fuera al cielo. Así que se lo pregunté a la hermana Mary, y ella, por supuesto, me insistió en la necesidad de ir a la iglesia y estudiar la Biblia si quería ganarme el favor de Dios, y se ofreció amablemente a ayudarme a entender su Palabra.

Esa tarde, cuando llegué a casa del colegio, decidí hablar con mi madre sobre lo que me había dicho la hermana Mary.

—Mamá, mis amigos y las monjas del colegio dicen que tengo que ir a la iglesia los domingos y estudiar la Biblia si quiero ir al cielo cuando me muera.

—No, *Beta* —contestó mi madre—. No te preocupes por eso. Sólo tienes que decirles a todos en el colegio que nosotros somos hindúes y que cuando seas algo mayor estudiarás nuestras escrituras: los Vedas. La gente de diferentes lugares tiene

distintas creencias. Ya aprenderás que nosotros creemos que después de morir nos reencarnamos, y que cada vez lo hacemos con características y circunstancias distintas.

—Los niños del colegio no se van a creer eso —le dije un poco hosca—. Y me da miedo. ¿Y si tienen razón? No pueden estar todos equivocados. ¿Cómo pueden equivocarse las monjas?

Mi madre me abrazó.

—No tengas miedo, *Beta*. Nadie sabe la verdad a ciencia cierta, ni siquiera la hermana Mary. La religión es una senda para encontrar la verdad; pero la religión no es la *verdad*, *sólo una senda* para acercarse a ella. Las personas somos diferentes unas de otras, y cada cual sigue su propia senda.

Aunque las palabras de mi madre me consolaron temporalmente, no aliviaron por completo mis miedos. Con el tiempo, mi aprensión por no compartir la religión de mis compañeros empeoró en vez de mejorar.

Quería que la hermana Mary me dijera que podía ir al cielo aunque fuera hindú, pero ella no me tranquilizaba en ese aspecto y en el colegio aprendí el oscuro destino que esperaba a los que no iban al cielo.

Me martirizaba pensando: «¿Y si Dios decide venir a por mí mientras duermo? La hermana Mary ha dicho que está en todas partes y que lo sabe todo. Eso significa que sabe que no estoy bautizada». Así que no podía dormir por las noches; no me atrevía, por si Dios aprovechaba la oportunidad para mostrarme lo que aguardaba a los que no cumplían sus mandamientos.

Mis padres empezaron a preocuparse por mi ansiedad y por las noches que pasaba en vela. Cuando se dieron cuenta de que mis miedos no mejoraban, decidieron cambiarme de colegio. Con ocho años me trasladaron a la Island School.

Ese colegio británico era un complejo de seis edificios que, junto con sus correspondientes terrenos adyacentes, se enclavaba en las colinas de Hong Kong, justo encima de la calle Bowen. Era un colegio laico, y en aquel momento la mayoría de los alumnos eran los hijos de los expatriados británicos que trabajaban para el gobierno o para alguna de las muchas empresas multinacionales que contribuían a la construcción y el desarrollo de la ciudad.

El colegio era espléndido, de una belleza muy vanguardista para su tiempo, con laboratorios de ciencias y lengua, un zoo experimental, gimnasios y piscinas. Pero como yo era una niña india en un ambiente predominantemente británico, seguí pasándolo mal. La mayoría de los niños de mi clase eran rubios y con ojos azules, así que me discriminaban y se metían conmigo porque tenía la piel oscura y el pelo negro, grueso y ondulado.

Siempre estaba pensando cosas como: «¡Ojalá Billy dejara de llamarme Sambo!». Además, muy pocas veces me daban mis compañeros la oportunidad de unirme a sus juegos, y en tales casos siempre era la última que escogían cuando había que formar equipos. Los otros niños incluso solían quitarme cosas, como libros y bolígrafos,

cuando no miraba.

Esos comportamientos me hacían sentir sola, triste y rechazada por todos. En público me aguantaba las lágrimas, pero lloraba sobre mi almohada cuando estaba sola en mi habitación en casa. Ni siquiera quería que mis padres supieran que me trataban mal en el colegio, porque no quería que me vieran como un problema. Ya me habían tenido que cambiar de colegio una vez, así que fingía que me estaba adaptando bien y que estaba contenta.

Aun así, ocurrió un incidente en concreto que me causó un gran impacto. Un día estaba sentada en el comedor, comiendo y sin meterme con nadie, cuando Billy, que acababa de terminar de comer, se levantó de su asiento y vino directo hacia mí. Llevaba la bandeja con los restos de su comida, y cuando pasó por mi lado inclinó la bandeja deliberadamente y echó su basura encima de mi comida.

Todos los que me rodeaban rompieron a reír a carcajadas. A pesar de que eran tan sólo unos pocos, me pareció como si todos los que había en aquella sala se estuvieran riendo de mí.

Sentí que una rabia incontrolable crecía en mi interior. Había llegado al punto en el que no aguantaba más. Ya estaba harta de que me llamaran Sambo, de ser la última que escogían para los equipos, de que se metieran conmigo y de que me quitaran mis cosas. Ya no podía soportarlo más. Me puse en pie de un salto, cogí mi vaso de refresco de naranja y me volví para enfrentarme a Billy, que me miraba y se reía. Le miré directamente a la cara y le tiré el refresco por la cabeza. Ahora toda la sala se echó a reír, pero afortunadamente esta vez no se reían de mí; miraban a Billy, de pie, allí, con el pegajoso refresco goteándole por el pelo y cayéndole por la cara y la ropa. Ofrecía una imagen muy cómica, pero yo estaba demasiado asustada para reírme. Tenía miedo de su reacción.

Billy me lanzó tal mirada de furia que en ese momento me pareció que sus ojos estaban a punto de taladrarme de parte a parte, pero no me quedé aguardando a ver cómo evolucionaba su reacción. Salí corriendo. Escapé del comedor a la velocidad del rayo, entré en el baño de las chicas, me encerré y estallé a llorar. Lloraba porque sabía que lo que había hecho no era propio de mí. Deseaba más que nada encajar en el colegio, quería caer bien y que me aceptaran. Pero no podía cambiar mi color de piel ni mi raza, y eso me hacía sentir muy impotente. «¿Por qué siempre soy diferente vaya donde vaya? ¿Adónde pertenezco? ¿Por qué parece que no encajo en ninguna parte?». Esas preguntas llenaban mi mente mientras dejaba escapar profundos sollozos, hecha un ovillo en aquel estrecho baño.

Por suerte, a medida que fui creciendo y adentrándome en la adolescencia, ese maltrato se fue diluyendo. Sin embargo, mientras que mis compañeros de clase empezaban a gozar de cierta independencia, yo me di cuenta de que mis padres se estaban volviendo cada vez más estrictos, especialmente en lo que se refería a salir por la noche con mis amistades y, en particular, cuando había algún chico incluido en el grupo. Salir por ahí con chicos era algo que estaba muy mal visto en mi cultura, así

que muy pocas veces podía asistir a las reuniones vespertinas de los jóvenes en el colegio o salir con mis compañeros de clase los fines de semana.

Como resultado, no tenía la sensación de pertenecer a aquel contexto, de encajar allí. Siempre me sentía excluida cuando mis compañeras hablaban de los bailes nocturnos que frecuentaban durante los fines de semana y se reían mientras compartían confidencias. Las miraba con envidia y deseaba no ser india. Lo único que podía hacer era dedicarme a mis estudios académicos y pasar sola la mayor parte del tiempo. De hecho, no estaba muy unida a las pocas amigas que tenía y pasaba infinitas horas recluida en mi propio mundo.

Mis padres seguían haciendo todo lo que podían para enseñarme las doctrinas y costumbres de nuestra cultura y para presentarme a otras personas de raza india, pero yo me resistía a sus intentos.

—No quiero ir a clase de vedanta —le dije a mi madre un sábado cuando tenía unos trece años. En la clase de vedanta se estudiaban las antiguas escrituras hindúes. Asistía una vez a la semana, y allí conocía a otras jóvenes indias.

—Entonces lo vas a tener más difícil cuando crezcas, sobretodo cuando te cases. Necesitas saber lo que significa ser hindú —me dijo mi madre mientras intentaba peinarme.

«Pero yo no quiero ser hindú. Quiero parecerme más a mis compañeras de clase», pensé para mis adentros, aunque en voz alta dije:

—Pero es que quiero salir con mis otras amigas, mis amigas del colegio. ¡Ellas no tienen que ir a clase de vedanta!

—Tu padre y yo queremos que vayas, y no hay más que hablar —sentenció.

Yo seguía sin saber si quería ser hindú, pero obedecía los deseos de mis padres, tal como debe hacer una buena niña india. Así que durante muchos años seguí encontrándome en las clases todas las semanas con mis conocidas y conocidos indios para aprender los detalles de nuestra fe.

Las enseñanzas védicas me parecían en sí mismas interesantes y estimulantes, así que no me incomodaba estudiarlas. Además, teníamos un gran profesor que nos animaba a debatir, y a mí eso se me daba muy bien, así que era una alumna popular en aquella clase. Eso contrastaba por completo con lo que me sucedía en el colegio, que era el lugar donde yo más anhelaba encajar. Sentía como si llevara dos existencias completamente separadas.

«Cómo me gustaría poder fundir las dos existencias y ser tan popular en el colegio como lo soy entre mis amigos indios —solía pensar—. ¿Por qué no ven en mí mis compañeros del colegio lo que ven mis amigos indios?».

A medida que fui creciendo, me fueron interesando cada vez más los aspectos intelectuales del estudio del hinduismo. De hecho, empezó a gustarme estudiar el *Bhagavad Gitay*, los Vedas, aprender acerca de la causa y el efecto, la predestinación en contraposición al libre albedrío, y otros asuntos similares. Me encantaban las charlas y los debates sobre esos temas. También rezaba y meditaba, porque sentía que

ello me ayudaba a aclarar los pensamientos. Gran parte de todo eso tenía sentido para mí, incluso a pesar de que muchas creencias de mi cultura no me parecían racionales, como por ejemplo la represión de las mujeres, que están totalmente sometidas a los hombres, o los matrimonios concertados contra la voluntad de la persona. ¡Nada de eso está estipulado en los Vedas!

A pesar de las diversas culturas y religiones en las que estuve inmersa desde bien pequeña, nada me preparó para lo que iba a ocurrirme en los años que estaban por llegar. En aquel entonces no podía ni siquiera imaginar que todas mis creencias, percepciones y filosofías previas iban a ser sacudidas hasta sus mismos cimientos. Pero mucho antes de que pasara nada de eso, yo seguía desafiando mi cultura y sus tradiciones mientras me adentraba en la edad adulta y pugnaba por hallar el equilibrio en mi vida.

CAPÍTULO 3

Un emparejamiento desacertado

Con el paso de los años, y debido a nuestra cultura, mis padres intentaron encaminarme delicadamente a un matrimonio concertado presentándome constantemente a los hijos de amigos y conocidos. Mi padre, en particular, no estaba a favor de la idea de que continuara con mis estudios más allá del instituto. Temía que si me iba de casa para estudiar en la universidad me volvería muy independiente, y estaba convencido de que eso reduciría mis posibilidades de convertirme algún día en el ama de casa complaciente y totalmente supeditada a su marido que debía llegar a ser. En mi cultura se cree que cuanto más joven sea la mujer y menos educación tenga, más complaciente será en su matrimonio, y ésa es una cualidad que se considera muy deseable en una esposa.

Aunque el mayor deseo de mis padres era verme feliz, en sus mentes eso significaba no sólo que debía casarme, sino que debía hacerlo con alguien de mi cultura. Sin embargo, mis anhelos estaban en completa contradicción con ello.

—Pero, papá, ¡quiero ir a la universidad para estudiar fotografía y diseño gráfico! —le insistía.

—Si encuentras un lugar donde estudiar que esté cerca de casa, no pondré ninguna objeción, pero de ningún modo voy a permitir que te vayas de casa para estudiar —respondía siempre mi padre.

—¡Pero, papá, ya sabes que no hay centros de educación superior que enseñen en inglés cerca de aquí! ¡Tengo que irme si quiero estudiar! —insistía yo.

—¡Ni hablar! Sabes perfectamente que no es aceptable que las mujeres se vayan de casa antes de contraer matrimonio —contraatacaba él.

Pero por entonces yo ya era toda una mujer y tenía mis propios puntos de vista y opiniones. Debido a mi educación, tenía una perspectiva de la vida bastante occidentalizada, así que mi siguiente pregunta era:

—¿Y por qué las reglas son diferentes para las mujeres que para los hombres?

—¡No es cuestión de reglas! Simplemente es que las cosas son así, y tú deberías enorgullecerte de esos valores y querer conservarlos —contestaba mi padre un tanto irritado por mi rebeldía.

Yo albergaba sueños que quería cumplir, pero empezaba a tener la desesperante sensación de que no iba a poder llevarlos a buen término. Quería ver el mundo y tal vez trabajar como fotógrafa de viajes. Quería recorrer Europa con una mochila, ver la torre Eiffel de París y contemplar las pirámides de Egipto. Deseaba sentir la energía del Machu Pichu en Perú, comer paella en España y disfrutar de un *tajine* en Marruecos. Había tantas cosas que quería hacer, ver y disfrutar… Y sabía que aceptar

un matrimonio concertado acabaría con todas mis posibilidades de hacer realidad mis sueños. Además, las circunstancias no estaban a mi favor, porque por aquel entonces dos de mis mejores amigas indias estaban ya comprometidas; sus matrimonios concertados se celebrarían de modo inminente, poco después de graduarnos en el instituto.

Como no quería causar problemas ni enfrentarme más con mi padre, me apunté a un curso de fotografía que se impartía por la zona. A la vez, seguí la corriente a mis padres haciendo el papel de joven sumisa y recatada cada vez que me pedían que conociera a algún candidato apropiado.

Recuerdo una ocasión en concreto en que mis padres me pidieron que me pusiera mi mejor vestido tradicional para ir a conocer a otro marido potencial. Me puse un top de seda salvaje color rosa fuerte que tenía un amplio cuello ribeteado por un delicado bordado, y lo acompañé de un bonito *chai* de encaje de color rosa pastel que tenía igualmente un bordado a juego y con el cual me cubría la cabeza y los hombros para proyectar un aire de modestia. El atuendo se completaba con unos pantalones bombachos de seda azul pastel y un par de zapatos rosa pálido con tacón de aguja.

Recuerdo perfectamente que durante todo el viaje en coche iba resumiendo mentalmente la lista de temas de conversación que estaban estrictamente prohibidos en una situación como aquélla. No se me podía escapar que estaba mucho más cómoda en vaqueros y zapatillas de deporte o botas de escalada que con la ropa tradicional india. Tampoco debía cometer el error de admitir que, a diferencia de cuando era más pequeña, ahora acudía al templo hindú para realizar las oraciones semanales solamente durante los festivales. Sabía que tenía que reprimirme de hablar de mis aficiones y demás intereses: mi gusto por la música ecléctica, mi amor por el arte, por la astronomía y por mirar las estrellas, y qué decir de mi pasión por salir a la naturaleza. Decidí que no debía hablar de mis aspiraciones para el futuro: nada de mencionar que quería cruzar África en bicicleta, recorrer Europa mochila al hombro, visitar Egipto, ser una activista social y trabajar con organizaciones que construyen aldeas globales autogestionables y respetuosas con el medio ambiente en países en desarrollo o que contribuyen a mejorar las perspectivas de los habitantes de alguna nación asiática asolada por la pobreza.

«No —me dije a mí misma—, tengo que recordar que no debo sacar ninguno de esos temas».

Hice una nota mental para que no se me olvidara comentar en presencia de mi posible suegra mi recién adquirida habilidad para enrollar un *chapatti* perfecto. Ese pan tradicional sin levadura es un alimento básico en la mayoría de los hogares indios y necesita de mucha habilidad para enrollarlo uniformemente y que la masa conforme un círculo perfecto. Sabía que eso agradaría a la posible futura familia política.

Estaba convencida de que esta vez había pensado en todo, en todas las situaciones posibles, de modo que nada podía ir mal. Pero resultó que no había hecho bien mis deberes. Cuando llegamos al lugar, un bonito club colonial situado en la falda de la

colina junto a la calle Old Peak, el camarero se acercó para tomar nota de los pedidos y yo pedí un sándwich de atún, sin darme cuenta de que mi posible marido y su familia eran vegetarianos estrictos. Ni siquiera caí en ello cuando todos los miembros de la familia pidieron sándwich de queso y pepino, pastel de queso y cebolla o alguna otra de las opciones vegetarianas.

Tan pronto salieron de mis labios las palabras «yo tomaré un sándwich de atún», la madre del posible marido me lanzó una mirada que me atravesó de parte a parte. El resto de los miembros de la familia me dedicaron la misma mirada, todos a la vez. Yo me quedé allí sentada, con todas esas miradas centradas en mí, deseando que la tierra se abriera bajo mis pies y me tragara.

Me sentí tremendamente estúpida por ese error. «¿Cómo he podido no darme cuenta de que podían ser vegetarianos? ¡Ni siquiera se me ha ocurrido!», me recriminé una y otra vez. Después de todo, el vegetarianismo no es algo infrecuente en mi cultura.

Creo que no hace falta decir que ese arreglo matrimonial no pasó de ese primer encuentro.

Llegó un día, sin embargo, en que uno de los esfuerzos de mis padres por encontrarme marido sí acabó en un compromiso. Después de vernos apenas dos veces y antes de que pudiéramos vernos una tercera, el chico y yo tuvimos que tomar la decisión de si queríamos comprometernos. No nos permitían pasar juntos más tiempo hasta que decidiéramos si queríamos seguir adelante con aquello.

Él era alto y apuesto, y hablaba muy bien. Me sentía atraída por él y me di cuenta de que él sentía lo mismo por mí. Ambos estábamos interesados en conocernos mejor, para gran regocijo de nuestros padres, así que accedimos a comprometernos. El compromiso se formalizó mediante una ceremonia religiosa en el templo del gurú Nanak, a la que asistieron todos nuestros parientes y amigos, y que fue bendecida por el *mahraj*. Esta ceremonia se denomina *misri*, un término que se puede traducir un tanto libremente como «ceremonia de compromiso».

Nuestro *misri* tuvo lugar por la tarde, y después dimos una cena en un famoso restaurante indio. Había vino, comida en abundancia y también música, y mi prometido y yo bailamos por primera vez. En ese momento yo estaba absolutamente feliz. Por fin sentía que estaba haciendo lo correcto, que ahora iba a ser aceptada de una vez por todas. Creía que íbamos a ser felices para siempre.

Por desgracia, según iban pasando los meses y se acercaba la fecha de la boda, empecé a darme cuenta de que yo nunca iba a ser la persona que mi prometido y sus padres querían respectivamente como esposa y nuera, porque yo no encajaba en el prototipo de mujer india tradicional. ¿Cómo no me había dado cuenta de ello antes de aceptar el compromiso? El hecho de que se tratara de un matrimonio concertado debería haberme alertado de que el acuerdo se hacía con ciertas expectativas. Pero desde que el acuerdo se hizo firme, romperlo parecía fuera de toda cuestión, al menos en la mente de las familias.

Durante el tiempo que estuve prometida con ese hombre, no hacía más que intentar convencerme de que podría cambiar, por su bien y por el de su familia. Me esforzaba por convertirme en una esposa y nuera de la que pudieran sentirse orgullosos, pero no hacía más que decepcionarles y nunca cumplía con sus expectativas. Deseaba desesperadamente agradarles, pero me costaba mucho cumplir con mis deberes tradicionales, debido a que lo que realmente deseaba era perseguir mis sueños, y renunciar a ellos me hacía sentir muy infeliz.

Me sentí muy decepcionada conmigo misma durante todo ese tiempo. No hacía más que preguntarme: «¿Por qué me resulta esto tan difícil? ¿Qué me pasa? Las demás chicas lo consiguen con facilidad. La gente se compromete y se casa todos los días. ¡Incluso mis propias amigas! ¿Por qué a mí me cuesta tanto hacerme a la idea?». Me sentía impotente y sin valor. Era un fracaso como persona.

Estaba muy asustada. Tenía miedo de confiar mis sentimientos a alguien y de la reacción que se produciría cuando se supiera mi verdad. Me aterraba la idea de casarme, pero también temía romper el compromiso.

En el fondo, sabía que nunca iba a estar a la altura de las expectativas de mi futuro marido y de mi familia política. Todo lo que había hecho hasta ese momento, la forma en que me vestía y me comportaba, era una farsa. Sabía que nunca sería verdaderamente lo que ellos querían que fuera. Iba a acabar pasándome toda la vida intentando ser alguien que no era, y eso me haría sentir siempre que no era lo suficientemente buena, aparte de que jamás tendría la oportunidad de hacer realidad mis sueños, mis esperanzas y mis deseos.

En todo ese tiempo no les dije a mis padres nada de lo que sentía, ni la lucha interna que estaba librando, porque, una vez más, no quería que me considerasen un problema. Me lo guardaba todo para mí y me hacía la fuerte, aparentando que estaba contenta y esbozando siempre sonrisas y riendo, mientras hacía todo lo que una chica felizmente comprometida haría. No le había contado a nadie lo que me pasaba porque no quería cargar a otros con mis dolores y miedos.

Pero llegó un momento en que no pude soportarlo más, y una noche, poco antes del día de la boda, fui a ver a mi madre y me eché a llorar.

—¡Mamá, lo siento mucho! —le dije llorando—. ¡No puedo hacerlo! ¡No puedo!

Para mi sorpresa, mi madre me abrazó y me dijo:

—No llores, cariño. Dime lo que te preocupa.

—No estoy preparada, mamá. Tengo ilusiones, quiero viajar por el mundo y hacer tantas cosas…, y no puedo ni pensar que no voy a tener nunca la posibilidad de cumplir ninguno de mis anhelos.

Le conté todo lo que sentía entre grandes sollozos, y le hablé de mis dudas y mis miedos, de todos mis sueños, esperanzas y aspiraciones.

Mi madre me estrechó entre sus brazos y me dijo que no me iba a obligar a seguir adelante con algo que no quería hacer. Me pidió perdón por no haberse dado cuenta a tiempo de mis miedos y también por el papel que ella había tenido en todo aquello

hasta ese momento. Me dijo que tenía que hablar con mi padre, pero que no debía seguir teniendo miedo y que ella me apoyaría en mi decisión de romper el compromiso.

Sentí una liberación catártica como nunca antes había sentido.

Después hablé con Anoop y le conté lo mismo que a mi madre. Él inmediatamente me dijo:

—No te preocupes, hermanita. Yo voy a estar contigo para lo que necesites. Deberías habernos contado esto antes. No tenías que haber soportado todo eso sola.

—Pero es que, después del compromiso, creía que no tenía otra opción —recuerdo que acerté a decirle entre lágrimas.

Sin embargo, aparte de mi familia, nadie de nuestra comunidad se tomó nada bien esas noticias.

Todos nuestros amigos, familiares, futuros familiares políticos y demás personas de la comunidad se mostraron tristes, furiosos o decepcionados al oír la noticia. Vinieron a verme e intentaron persuadirme para que siguiera con la boda. Me dijeron que era normal sentirme así, pero que todo iría bien después y que debía casarme de todas formas. Intentaron convencerme diciéndome que, si rompía el compromiso, ningún otro hombre de nuestra cultura querría casarse conmigo, que mi nombre quedaría manchado para siempre y que ninguna familia dejaría que su hijo se acercara a mí.

Intentaron convencerme de que mis ideales eran poco realistas, sobre todo para una mujer; de que mis expectativas eran demasiado altas y que, por ello, nunca iba a encontrar a un hombre adecuado, pero que si rebajaba mis expectativas y era una esposa y una nuera obediente, tendría una buena vida.

Sin embargo, me reafirmé en mi decisión, aun a pesar de que me sentía fatal por hacerle daño a todo el mundo. Cuando oí lo que la gente empezaba a decir de mí, me di cuenta de lo que implicaba mi decisión y temí por mi futuro. La gente decía que no estaba lo bastante «domesticada», que me habían mimado demasiado y que mis padres no me habían criado como era debido. También decían que si hacía algo así siendo mujer, es que tenía una opinión demasiado elevada de mí misma. Yo estaba destrozada y me sentía muy triste. No quería tener contacto social con nadie de mi cultura. Me arrepentí de todo lo que había hecho: de comprometerme, de romper el compromiso, de hacerle daño a mi prometido y a su familia y también a la mía, de no estar lo bastante domesticada, de no ser lo bastante india… De hecho, en aquel momento no había nada en mí que me pareciera bien.

«¿Por qué siempre estoy disculpándome? ¿Por qué tengo que disculparme por ser yo?». No entendía lo que me pasaba.

No pude soportar dar tantas explicaciones ni enfrentarme a toda la gente con la que tenía que tratar, así que, unos días antes de que se celebrara la boda, con todo comprado y pagado (todos los preparativos hechos, los regalos apilándose en casa, y amigos y parientes llegando desde diferentes partes del mundo), salí huyendo. Me fui

a hacer un largo viaje para visitar a algunas amigas en la India y en el Reino Unido. Sólo quería desaparecer, dejar atrás a mi comunidad hasta que todo se diluyera un poco, porque no me sentía capaz de vérmelas con nadie ni nada que no fueran mis propias emociones. Necesitaba aclararme. Sabía que la siguiente fase de mi vida no iba a ser nada fácil.

CAPÍTULO 4

Mi amor verdadero

Cuando volví a casa de mis padres en Hong Kong, rehuí integrarme de nuevo en la comunidad india, porque me sentía como una verdadera apestada. De modo que centré mi atención en forjarme una carrera para así poder alcanzar cierta independencia.

—¡He conseguido un trabajo! —grité al entrar como una tromba por la puerta principal del apartamento. Mi padre estaba sentado en su sillón favorito viendo las noticias de la noche.

Una de mis amigas me había hablado de un puesto en la empresa donde ella trabajaba y que creía perfecto para mí. Se trataba de una compañía francesa de accesorios de moda que distribuía sus productos por toda Asia. El puesto consistía en ayudar a los jefes de ventas a promocionar los productos y gestionar los pedidos al por mayor, y existía la posibilidad de que hubiera que viajar a ciudades cercanas. Nunca me habían atraído las ventas ni la distribución, pero me gustaba ese trabajo principalmente por la posibilidad de viajar y por la independencia que me proporcionaría.

—¡Muy bien, *Beta*! ¡Sabía que lo conseguirías! —me dijo mi padre sonriendo orgullosamente al mirarme—. Cuéntame. ¿Cuándo empiezas? ¿A quién tienes que rendirle cuentas? ¿Cuáles van a ser tus responsabilidades?

—Empiezo el día 1 del mes que viene. ¡Estoy muy emocionada! Mi jefe es el gerente de exportaciones regionales. El puesto tiene un gran potencial de futuro. Si le demuestro a mi jefe que soy útil y le ayudo a superar sus objetivos, la empresa me dará algunas zonas para que las gestione yo sola.

—¿Y eso qué significa? —preguntó mi padre, que ahora parecía un poco menos entusiasmado.

—Significa que hay posibilidades de que llegue a viajar por toda la región.

—Aunque estoy muy orgulloso de ti —respondió mi padre—, no quiero que se te olvide que esto es sólo algo que haces para entretenerte hasta que encuentres un marido. No quiero que te impliques tanto en tu carrera que te conviertas en una mujer demasiado independiente para casarte. Tu madre y yo seguimos intentando encontrarte un candidato perfecto.

—Oh, papá… ¡No me estropees el momento! ¡Estoy muy entusiasmada con este trabajo!

—Sí, lo sé —prosiguió—, pero…, en fin, nunca se sabe. En estos tiempos a algunos maridos no les importa que sus mujeres trabajen fuera de casa. Lo que pasa es que no quiero que te sientas decepcionada después si tu futuro marido no aprueba

que trabajes y vayas de viaje de aquí para allá, eso es todo. Pero tienes razón, no pensemos en el futuro ahora mismo. ¡Lo que hoy toca es celebrar tu éxito!

—¿Dónde está mamá? Quiero contarle la buena noticia. Y después quiero llevaros a los dos a cenar. ¡Invito yo! —dije mientras salía de la habitación para llamar por teléfono a Anoop y contarle las novedades.

Al fin las cosas empezaban a salirme bien. Estaba empezando a lograr un poco de independencia financiera, y también social.

Aunque mis padres siguieron intentando encontrarme candidatos para el matrimonio, al ir pasando los años empezaron a darse cuenta poco a poco de que estaban librando una batalla perdida.

Sus intentos me resultaban un tanto frustrantes, ya que ellos seguían sin comprender que dentro de los confines de nuestra cultura a mí no se me consideraba típica. Además, mi reputación había quedado manchada por el compromiso que había roto; era consciente de que la gente de mi cultura me consideraba incorregible, rebelde, idealista, terca y demasiado aferrada a mis propias ideas, todas ellas cualidades poco deseables en una mujer. A pesar de ello, mis padres seguían manteniendo la esperanza de que, si me presentaban al hombre adecuado, yo llegaría a cambiar por él y me mostraría más «domesticada».

Mientras tanto, mi carrera en la empresa francesa había despegado y mi trabajo me exigía visitar las ciudades cercanas. Aunque seguía viviendo en casa con mis padres mientras permanecía en Hong Kong, esos viajes me permitían un cierto nivel de libertad e independencia que yo disfrutaba y apreciaba, aparte de que me daban la oportunidad de conocer a todo tipo de gente. Lentamente empecé a sentirme bien de nuevo. De hecho, me sentía feliz, popular y triunfadora cuando salía de los «confines de mi cultura». Me encantaba esa parte de mi vida: la gente que había en ella, mi trabajo y los viajes. El papel de ama de casa india tradicional me parecía cada vez menos atractivo y no se me pasaba ni remotamente por la cabeza casarme, porque no veía ningún beneficio en ello que me compensara lo bastante como para dejar lo que tenía, así que seguí rechazando los intentos de mis padres por encontrarme el marido perfecto.

No obstante, en el fondo de mi mente siempre tuve la sensación de que no estaba a la altura. Había fracasado a la hora de alcanzar lo que se esperaba de mí y había una vocecita irritante en mi cabeza que se aseguraba de que nunca me sintiera lo bastante buena ni merecedora de nada. Yo era una mercancía dañada. O peor aún, «defectuosa».

De manera bastante inesperada, un día de finales de 1992 conocí al hombre que acabaría convirtiéndose en mi marido, aunque al principio no creí que fuera el hombre perfecto para mí. Nos conocimos por casualidad una noche a través de una amiga común.

Una tarde en que estaba sentada en mi mesa de trabajo intentando acabar mi informe de ventas semanal antes del fin de semana, me llamó mi amiga Naina por

teléfono.

—¿Conoces a un hombre que se llama Danny Moorjani? —me preguntó.

Naina era una amiga que estaba de paso por Hong Kong, con la que había quedado para salir a tomar algo esa noche al concluir la jornada laboral.

—No, no le conozco —le respondí—. ¿Por qué me lo preguntas?

—Es un sindhi[1] muy mono que conocí mientras estaba en Nueva York el verano pasado. Parece que vive y trabaja en Hong Kong. Me sorprende que no lo conozcas —dijo.

—Ya sabes, no tengo mucha relación con nuestra comunidad, sobre todo después del «incidente». Hay muchos sindhis en Hong Kong que no conozco, así que tampoco es tan sorprendente —contesté.

—Bueno, pues lo vas a conocer hoy —fue su respuesta—. Le he llamado y le he dicho que se venga a tomar algo con nosotras esta noche.

Cuando Naina y yo entramos esa noche en el Club ’97, un *bar lounge* muy sofisticado ubicado en el corazón de la ciudad, identifiqué de inmediato a Danny a pesar de no haberle visto nunca antes. Estaba allí de pie, solo y despreocupado, vestido con un jersey de cuello alto granate y pantalones negros. Miró hacia la entrada cuando la cruzamos y, aunque había quedado con Naina, me di cuenta de que su mirada seguía todos mis movimientos mientras nos acercábamos adonde estaba él y nos sentamos. No apartó los ojos de mí ni cuando mi amiga le saludó, y en el momento en que nuestras miradas se encontraron pareció surgir entre los dos una sensación de mutuo reconocimiento muy intensa. Era como si nos conociéramos de toda la vida, y yo fui perfectamente consciente en ese momento de que él estaba sintiendo exactamente lo mismo que yo.

Cuando empezamos a hablar nos dimos cuenta de que conectábamos a muchos niveles, y al final de la noche nos intercambiamos los teléfonos. Para mi tremenda ilusión, él me llamó al día siguiente y salimos a cenar juntos. Fue muy romántico: me trajo flores y me llevó a un restaurante precioso llamado Jimmy’s Kitchen, que aún hoy es uno de nuestros favoritos.

A lo largo de las siguientes semanas, fuimos conectando cada vez más. Pero cuanto mejor iban las cosas entre nosotros, más intentaba yo alejarme de él, porque no confiaba en mis instintos. Estar con él era romántico y electrizante, y hacía mucho tiempo que no me sentía así de bien, pero a la vez me asustaban esos sentimientos y me inspiraba temor que fuera sindhi. No quería tener nada que ver con un hombre de mi cultura, al menos no en ese momento…, y quizá nunca.

Sabía muy bien que, dentro de la cultura india, casarse significa normalmente una alianza con toda una familia. No es sólo que unan sus vidas dos personas, sino dos familias. Tenía miedo de volver a implicarme en algo que pudiera lamentar con el tiempo. Quería casarme con el hombre, no con sus parientes, pero sabía lo difícil que era eso en nuestra cultura y me daba miedo. Me aterraba lo que su familia pudiera pensar de mí. ¿Volvería acaso a encontrarme en una situación tan penosa como la vez

anterior? ¿Sabría su familia algo de mi pasado? ¿Me rechazarían cuando se enteraran de que había roto un compromiso? ¿Y cómo podía estar segura de que él no tenía expectativas similares a las que tienen la mayoría de los hombres de mi cultura? No quería que me volvieran a hacer daño y tampoco quería hacer yo daño a nadie.

Pero Danny fue muy paciente y me dio todo el tiempo que me hizo falta, y yo se lo agradecí mucho. Su porte me resultaba irresistible y él me hacía sentir querida de una forma como no había conocido antes. Me encontraba librando una batalla entre mi corazón y mi cabeza, y mi corazón estaba ganando.

A medida que nos fuimos conociendo, empecé a darme cuenta de que Danny se parecía mucho a mí. No tenía mucha relación con nuestra cultura, debido a que él también había crecido en Hong Kong y se había formado igualmente dentro del sistema educativo británico. Rechazaba muchas de nuestras costumbres, sobre todo las ideas sobre la mujer y el matrimonio. Era siempre muy generoso y muy abierto en cuanto a sus sentimientos hacia mí, y su amor era genuino e incondicional. Por primera vez en mi vida sentí que no había ninguna presión que me obligara a ser de cierta manera y que no existían expectativas depositadas en mí.

Además, Danny tenía un increíble sentido del humor, y eso me resultaba muy atractivo. Se reía con facilidad y su risa era contagiosa, así que nos divertíamos mucho en nuestras citas. Parecía saber exactamente cuándo debía llamarme y qué tenía que decir en cada momento. Era tierno, a la vez que fuerte y persuasivo, y eso también me encantaba. Sin embargo, seguía pensando que sólo era cuestión de tiempo que él llegara a descubrir mis «defectos». Tenía miedo de que todo aquello acabara en decepción algún día no muy lejano. Pero ese día nunca llegaba.

Danny era constante y firme en sus sentimientos hacia mí. Me llamaba para ver qué tal estaba, y me mandaba flores y regalos en las ocasiones especiales. A diferencia de otros hombres, él amaba mi naturaleza independiente y, en vez de mostrarse horrorizado por mis intereses, mis sueños y mis aspiraciones, le divertía ver cómo esquivaba los intentos de mis padres por arreglarme un matrimonio. Él creía que esas cualidades eran atractivas, y estaba verdaderamente interesado en mí por lo que yo era. Ese sentimiento de aceptación era muy nuevo y refrescante para mí.

Danny se había licenciado en Empresariales en la universidad. Tal como suele ocurrir en nuestra cultura, su padre tenía una empresa, y Danny, al ser el único hijo varón y heredero, estaba obligado a participar en el negocio familiar. Simultáneamente, en aquel momento mi trabajo me obligaba a viajar fuera de Hong Kong a menudo. Como Danny también tenía que viajar por trabajo, a veces me encontraba con su cara sonriente mirándome cuando realizaba alguna de mis escalas, porque él había coordinado sus viajes para que coincidieran con los míos.

Una noche en la que nos hallábamos paseando por Deep Water Bay, una de mis playas favoritas de Hong Kong Island, le pregunté a Danny con aparente indiferencia si sabía algo sobre mi antiguo compromiso y lo que la gente de nuestra comunidad

decía sobre mí. Nunca habíamos hablado de ello, así que hasta me daba miedo preguntar. No estaba segura de cómo se lo iba a tomar cuando lo supiera.

—Sí —me respondió—, lo sé prácticamente desde que nos conocimos. Y teniendo en cuenta cómo es nuestra maravillosa comunidad, estoy seguro de que la versión que he oído ha sido amablemente multiplicada por diez y adornada con miles de detalles morbosos para darle unos cuantos golpes de efecto.

—¿Y qué pensaste de mí cuando te enteraste? —le pregunté, todavía preocupada por lo que podía decir.

—¿Realmente estás segura de estar preparada para saber la verdad? —preguntó con una leve sonrisa curvándole las comisuras de los labios.

—Sí, la verdad desnuda, por favor. Puedo soportarla —le dije, a la vez que me preparaba para lo que pudiera venir.

—Bueno, la primera vez que me contaron lo que hiciste, lo primero que se me vino a la mente fue: «Sí, ése es el tipo de mujer con la que quiero casarme: una mujer con ideas propias».

Una amplia sonrisa apareció en mi cara, a la vez que sentía una gran oleada de alivio en mi interior. Recuerdo que dije:

—Así que a ti no te atrae mi habilidad para hacer *chapattis*, ¿no?

—Oye, chica, me subestimas. Soy capaz de hacer un *chapatti* bastante decente yo mismo. Pero eso no es todo: limpio ventanas, baños y hasta hago la colada.

Y en ese momento mi sonrisa se convirtió en una carcajada. Ambos nos tiramos en la arena y nos reímos hasta que las lágrimas nos rodaron por las mejillas. Nos reíamos por todo y por nada al mismo tiempo. Cuando se acallaron nuestras risas, yo me senté en la arena, él se puso de rodillas y nuestras miradas se encontraron. Danny me cogió ambas manos entre las suyas y me dijo:

—Anita, he querido preguntarte esto desde el día en que nos conocimos. ¿Quieres casarte conmigo?

Fue en ese momento cuando lo supe. Supe con toda seguridad que él era el hombre de mi vida. Había encontrado mi alma gemela.

El 17 de marzo de 1995, exactamente dos meses después de que Danny me pidiera que me casara con él, ocurrió algo inesperado. El teléfono sonó y yo me di la vuelta en la cama para mirar la hora.

«¿Qué ocurre? Son las 5.15 de la mañana», me dije. Y antes de coger el teléfono supe que no podían ser buenas noticias.

—*Beta*, cariño, ¿eres tú? —La voz llorosa de mi madre sonó al otro lado del teléfono, sin darme tiempo de decir nada.

—Sí, soy yo. ¿Qué pasa? —Sentí que el miedo me corría por las venas, y mi voz lo traslucía. Fue como si el corazón se me parara, y una parte de mí empezó a temer las noticias que me iban a llegar a través de ese trozo de plástico que tenía en la mano, mientras que la otra parte estaba ansiosa por acabar con el suspense y descubrir lo que pasaba.

—Es tu padre —confesó la voz llorosa de mi madre—. No se ha despertado esta mañana. ¡Ha muerto mientras dormía!

Cuando la salud de mi padre empezó a deteriorarse unos meses atrás, mis padres se fueron a la India para buscar terapias alternativas, como, por ejemplo, los tratamientos ayurvédicos[*]. Esperaba que mi padre pudiera volver a tiempo para asistir a mi boda y que llegara con la salud intacta para que pudiéramos bailar juntos el *bhangra* (una danza de celebración india) durante la celebración. No me podía creer que estuviera ocurriendo aquello. Recogí mis cosas frenéticamente y, sin dejar de llorar, tiré todo lo que encontré al interior de una maleta mientras mi hermano hacía los preparativos para que ambos pudiéramos coger el siguiente vuelo a Pune, en la India, a unas cuatro horas en coche de Bombay.

Sólo tengo recuerdos difusos del viaje a la India…, el funeral, el tiempo que pasé allí con mi familia. Pero no olvidaré el día que recogimos las cenizas de mi padre, depositadas en una bonita urna esmaltada, y las llevamos al río Indrayani, que atraviesa la ciudad sagrada de Alandi, al norte de Pune. Nos reunimos en unas rocas que había junto al río en el día y la hora que había establecido el *mahraj*. Mi hermano abrió la tapa de la urna y la volcó lentamente, dejando que la brisa se llevara las cenizas y las esparciera por la superficie del agua. Juntos contemplamos con el rostro surcado de lágrimas cómo el río se llevaba las cenizas de nuestro padre. ¿Cómo podíamos estar diciéndole adiós a ese hombre maravilloso?

«¡Papá, oh, querido papá! Perdona si alguna vez te causé algún dolor —le susurré mientras estaba allí con las manos juntas en *pranam* (oración)—. Me voy a casar y no vas a estar aquí para verme caminar alrededor del fuego nupcial. Asistir a mi boda era la ilusión de tu vida. ¿Cómo has podido dejarme ahora?», pregunté llena de lágrimas a las olas que se tragaban las cenizas.

El mes que siguió fue agridulce, porque mi familia estaba de luto por mi padre a la vez que preparando la celebración que se avecinaba. Para mí era obvio que a mi madre le aliviaba tener mi boda en mente; la boda era algo alegre para animar un poco esos momentos tan tristes y difíciles, y además el hecho de ayudarme con los preparativos le daba algo en lo que ocupar los pensamientos.

Pero todos echábamos de menos a mi padre y estábamos muy tristes porque no iba a estar en esa ocasión que él tanto había anhelado. Verme casada había sido la misión de su vida, pero yo me consolaba recordando que había estado conmigo cuando me prometí y que ese día estaba muy contento. Era como si se hubiera ido con un peso menos en el corazón.

Danny y yo acudimos, junto con sus padres, a consultar al *mahraj* para que determinara una buena fecha para la boda. Le dijimos que tenía que celebrarse cuando el año estuviera algo más avanzado, ya que mi familia seguía de luto por la muerte de mi padre y todavía no teníamos ánimo para celebraciones. Él consultó el almanaque sagrado y, tras tomar en consideración nuestras fechas de nacimiento, nos dijo que el 6 de diciembre de 1995 era una buena fecha para nosotros. En aquel

momento parecía muy lejana, pero los meses pasaron volando con los preparativos, la elección del sitio de la celebración, la preparación del sari para la boda, el diseño de las invitaciones y la miríada de tareas necesarias para organizar una boda india.

Mi madre se dedicó de lleno a ayudarme a planificar el evento, lo que le ayudaba a alejar su mente de su reciente pérdida, y se sintió muy orgullosa de escoger mi sari de boda y las prendas que iba a llevar en el resto de las ocasiones. Eligió para mí un impresionante sari de encaje de color bronce para la celebración de la boda religiosa, y uno blanco con un bordado de un fino hilo de oro en un diseño muy sutil para la boda civil.

Así que el 6 de diciembre de 1995 me casé con Danny, mi alma gemela, en una fastuosa boda india con celebraciones que duraron casi una semana. Amigos y parientes de todo el mundo volaron a Hong Kong para asistir a los rituales y festividades, que culminaron con una recepción bajo las estrellas en el campo del Hong Kong Country Club, con vistas a mi playa favorita, Deep Water Bay, en el lado sur de la isla de Hong Kong.

Varios meses antes de la fecha, Danny y yo habíamos estado ponderando qué lugares serían apropiados para la boda, y yo propuse en broma:

—¿No sería genial que pudiéramos casarnos en la misma playa donde me hiciste la proposición?

Hablamos unos minutos de la idea, pero la rechazamos rápidamente cuando me di cuenta de la frustración que iban a sufrir las invitadas cuando vieran que sus tacones de aguja se quedaban clavados en la arena. Entonces recordé que justo sobre las rocas que hay cerca de un extremo de Deep Water Bay está el Hong Kong Country Club, con sus vastos prados con vistas a la misma bahía donde Danny me pidió que me casara con él. En ese momento decidimos que aquél sería el lugar perfecto para la celebración.

Hacía una noche preciosa y soplaba una brisa fresca mientras la *shenai* (la música nupcial india) flotaba evocadoramente en el aire nocturno. Danny y yo rodeamos la hoguera siete veces tomados de la mano para sellar nuestra unión, mientras el *mahraj* cantaba nuestros votos nupciales en sánscrito. Danny estaba muy atractivo; parecía un príncipe, allí, a mi lado, con su *shervani* (atuendo regio nupcial) completado con turbante. Yo llevaba el sari de encaje de color bronce que mi madre había elegido para mí, con un extremo cubriéndome el pelo adornado con flores de jazmín. Tenía las manos y los pies pintados con henna en un patrón floral muy delicado, como es tradición para las novias indias.

Mientras rodeábamos la hoguera, yo no dejaba de mirar las caras de mi familia, y pude sentir que a mi madre y a mi hermano les dolía que mi padre no estuviera allí. Ambos deseaban que él hubiera podido estar entre nosotros para disfrutar de aquella noche tan especial.

Cuando completamos los rituales, empezó una enorme celebración con comida, bebida, música y baile. Cuando acabó la última de las funciones, Danny y yo nos

fuimos a nuestra habitación de hotel para pasar nuestra noche de bodas. Yo estaba exhausta y a la vez emocionada. Sabía que aquél era el hombre con el que quería estar el resto de mi vida. Estaba segura de que íbamos a ser felices para siempre…

CAPÍTULO 5

El diagnóstico más temido

El tiempo fue pasando y Danny y yo fuimos construyendo una vida juntos. Él dejó el negocio familiar para empezar una nueva carrera en el departamento de *marketing* y ventas de una multinacional, y poco después nos mudamos de su apartamento de soltero en el centro de la ciudad a un bonito piso en un tranquilo barrio residencial de Hong Kong y adoptamos un perro al que llamamos *Cosmo*.

Simultáneamente, mi hermano decidió dejar Hong Kong y empezar un negocio en la India. Estaba teniendo lugar una gran recesión en nuestra ciudad y él veía mejores oportunidades allí, así que Anoop, su mujer, Mona, y su bebé, Shahn, se mudaron a la India, y mi madre los siguió poco después. Yo los echaba de menos terriblemente, porque nunca habíamos estado tan lejos los unos de los otros.

Para empeorar aún más las cosas, perdí mi trabajo en la empresa francesa, debido a que las ventas cayeron en picado a consecuencia de la recesión. Lo inesperado de esa situación me conmocionó, y se sumó al estrés y a la soledad que me acuciaban desde que mi familia abandonara Hong Kong.

Durante ese periodo, me sentía a menudo presionada por nuestra comunidad y mis allegados para que me quedara embarazada, aunque entonces yo estaba más interesada en desarrollarme en el plano laboral, viajar y explorar el mundo.

Finalmente encontré un trabajo *freelance* en una empresa de mudanzas y traslados. Mi tarea consistía en ayudar a integrarse en Hong Kong a los expatriados recién llegados. Ese trabajo me ofrecía la libertad que yo necesitaba, ya que no era a jornada completa, de modo que me sentía muy cómoda realizándolo.

En mi cultura lo habitual es tener hijos nada más casarse, pero yo no me sentía preparada para tener niños en aquel momento. Por todo ello, a menudo me encontraba dividida entre las expectativas externas y lo que yo realmente quería hacer, y a veces incluso me sentía extraña entre mis amigas, ya que no quería las mismas cosas que ellas, especialmente en lo referente a mi deseo de retrasar la maternidad.

Los miembros de mi comunidad no dejaban de recordarme que las mujeres tenemos un reloj biológico que corre en nuestra contra, lo cual no hacía más que alimentar el miedo que ya sentía en mi interior. Así que reapareció mi antigua ansiedad, y volví a pensar que yo era un problema por el mero hecho de ser mujer, y que me pasaba algo malo, porque de nuevo no encajaba en parte alguna. Recuerdo que me decía a mí misma: «Si de verdad llega el día en que queremos tener hijos, ¡siempre podremos adoptarlos! Hay en el mundo muchos niños huérfanos o no queridos que están deseando tener un hogar. Además, de este modo no hay necesidad de que me preocupe por mi reloj biológico».

De hecho, Danny y yo habíamos hablado de ese tema y ambos habíamos acordado que la adopción era algo que tenía mucho sentido. Además, eso eliminaba la presión de tener que ser esclava de mi propio cuerpo. Pero cada vez que mencionaba esa posibilidad a otras personas, recibía reacciones negativas. La respuesta más común era: «Ah, ¿es que no puedes tener hijos? Lo siento mucho».

Así que volví a encontrarme de nuevo con mi antiguo temor de «no estar a la altura» rondándome por la cabeza. Sin embargo, mi preocupación por ese tema no tardó en desaparecer de manera brusca y repentina.

Durante el verano de 2001, a mi mejor amiga, Soni, le diagnosticaron un cáncer, y esa noticia me impactó en lo más profundo de mi ser. Un día notó que le costaba respirar, y cuando fue a hacerse un chequeo le encontraron un tumor muy grande en la garganta que le estaba oprimiendo los pulmones. No me podía creer que eso le estuviera pasando a ella. Era joven, fuerte, vibrante, sana y tenía muchas cosas por las que vivir. Los médicos la ingresaron de inmediato en el hospital para extirparle el tumor, y después la trataron con radioterapia y quimioterapia.

Pocos meses después del diagnóstico de Soni, recibimos la noticia de que al cuñado de Danny (el marido de su hermana pequeña) también le habían diagnosticado una forma agresiva de cáncer.

Esas noticias me infundieron un enorme temor, porque ambos tenían edades parecidas a la mía. Empecé a estudiar todo lo que pude encontrar sobre el cáncer y sus causas. Inicialmente empecé a hacerlo con la esperanza de ayudar, porque quería apoyar a Soni y asistirla en su lucha. Pero me di cuenta de que cuanto más leía sobre la enfermedad, más miedo me daban todas las cosas y circunstancias que podían causarla potencialmente. Empecé a creer que todo provocaba cáncer: los pesticidas, los hornos microondas, los conservantes, los alimentos modificados genéticamente, la luz del sol, la polución del aire, los recipientes de plástico para los alimentos, los móviles, etc. Mi temor fue en aumento, hasta que finalmente comencé a sentir miedo de la vida misma.

El 26 de abril de 2002 es un día que ni Danny ni yo olvidaremos fácilmente. Finalizaba la tarde del viernes, el último día de trabajo antes de pasar el fin de semana juntos, y ambos nos dirigíamos titubeantes a la consulta del médico como si estuviéramos encaminándonos a la casa de la muerte. El miedo nos atenazaba y teníamos la sensación de que algo malo nos esperaba tras cada recodo. Nos fuimos abriendo paso en medio de la hora punta, justo cuando la gente estaba saliendo del trabajo y todo el mundo celebraba la llegada de la hora feliz previa al disfrute del fin de semana; todo el mundo menos nosotros, claro está. El atardecer proyectaba sus llameantes destellos anaranjados sobre los rascacielos de cristal de nuestra vibrante ciudad, mientras el sol declinaba para esconderse tras el puerto; pero nosotros avanzábamos casi sin reparar en ello, ya que ese día nos iban a dar los resultados de las pruebas que me había prescrito el médico.

Unos días antes me había encontrado un bulto en el hombro derecho, a la altura

del cuello y justo encima de la clavícula. En ese momento no quise, o mejor dicho, *rechacé* aceptar que pudiera ser algo más que un quiste o un forúnculo grande. Pero una fea voz en el fondo de mi mente presagiaba una tragedia y me rondaba machaconamente, convenciéndome de que era algo más que eso.

En los meses anteriores había estado visitando a mi amiga Soni cada vez con más pesadumbre. Estaba ingresada en el hospital, muriéndose a consecuencia del cáncer que le habían diagnosticado el año anterior. Con terror y pena fui constatando cómo su cuerpo se consumía poco a poco, devorado por una bestia salvaje que ni la ciencia médica más avanzada era capaz de domesticar. No podía imaginar que eso mismo pudiera pasarme a mí, pero el bulto en la base del cuello me obligó a enfrentarme a esa posibilidad y fui al médico a que me lo mirara. Me hicieron una biopsia y ese día me daban los resultados.

El doctor fue muy cuidadoso al darme la noticia.

—Tiene un linfoma, que es una forma de cáncer del sistema linfático.

Dejé de oír lo que me decía el médico a partir del instante en que pronunció la palabra «cáncer». Su voz llegaba hasta mí como si me hallara debajo del agua. Mi mirada se quedó extraviada, fija en el paisaje que se vislumbraba desde la ventana de la clínica. Fuera nada había cambiado: el sol seguía descendiendo sobre el puerto, los rascacielos aún brillaban con tonalidades naranja y ámbar, y la gente proseguía su camino de risas y alegría en la hora feliz, pero mi mundo había cambiado instantáneamente y por completo al enterarme de lo que estaba pasando en mi interior.

El doctor me fue exponiendo con mucho tacto las opciones de tratamiento.

—Yo la voy a apoyar —me aseguró—, no importa la decisión que tome o qué opción de tratamiento elija. Pero antes de nada le voy a pedir cita para un escáner el lunes por la mañana, para que podamos establecer una fase para su diagnóstico, es decir, para que sepamos en qué fase está su cáncer. Después de la prueba venga a verme y hablaremos de los resultados.

Su voz era un ruido amortiguado en mi cabeza. Apenas pude oírle decirnos a Danny y a mí que intentáramos relajarnos y disfrutar todo lo posible de ese fin de semana.

El terror chocó violentamente con la razón. Ni Danny ni yo podíamos pensar. Nos negábamos a hacerlo. No queríamos pensar en el cáncer ni en las opciones de tratamiento, y mucho menos en la muerte. Yo quería envolverme en la seguridad de lo cotidiano y evadirme. No podía afrontar nada de aquello en ese momento; era incapaz. Daba demasiado miedo, y mi cerebro no era capaz de responder ante la confusión de la vorágine de pensamientos que lo desbordaban. Por suerte, el doctor había dicho que no teníamos que tomar ninguna decisión hasta el lunes por la mañana, día en que me practicarían el escáner de IRM (Imágenes por Resonancia Magnética) y en que tendría una cita después con él para hablar acerca de mi tratamiento.

Aunque mi mente vagaba muy lejos, abrumada por una sucesión sin fin de preguntas sin respuesta, Danny me convenció de que saliéramos a cenar fuera y dejáramos el mundo a un lado. Así que, cuando volvimos a casa, me puse mi vestido rojo coral favorito, dispuesta para la velada. Estando allí, toda compuesta, mi marido se acercó, me rodeó con sus brazos y me dijo:

—No tengas miedo. Superaremos esto juntos.

De modo que esa noche desconectamos de todo…, al menos por unas horas.

Cenamos bajo las estrellas en la terraza de El Cid, mi restaurante favorito por aquel entonces, ubicado justo al lado de los muelles de la bahía Stanley, en el lado sur de la isla de Hong Kong. La luna llena brillaba en todo su esplendor y una leve brisa marina revolvía el aire. El suave sonido de las olas del océano cercano marcaba un contrapunto a la música de la banda de mariachis que iba de mesa en mesa cantando a los clientes. Queriendo asegurarnos una noche perfecta, dimos una propina a la banda para que se quedara un buen rato junto a nuestra mesa tocando mis canciones favoritas. La sangría corrió abundantemente, los músicos tocaron y nosotros nos olvidamos del mundo que había más allá de nuestra mesa.

A la mañana siguiente desperté hecha un ovillo en brazos de Danny. Era magnífico estar acurrucada junto a él y dejar el mundo aparte. Quería que la visita a la consulta del médico no fuera más que un mal sueño, pero la realidad metió su repulsiva cabeza entre mis ensoñaciones. Todavía tenía cáncer y no podía huir de esa información. ¿Cómo podía evadirme de mi propio cuerpo?

Es asombrosa la capacidad que tenemos los humanos de jugar con nuestra mente. Cuando la mañana del sábado se trocó en atardecer, empecé a pensar que no quería que nadie se enterara del diagnóstico. Si nadie lo sabía, no tendría que enfrentarme a ello. Podría escapar y refugiarme en mi mente, ya que no podía hacerlo en mi cuerpo. Pero Danny apeló a la racionalidad:

—Tenemos que decírselo a nuestras familias, bien lo sabes —comentó.

—Lo sé, pero van a montar un escándalo. ¿Puedo tener otro día de paz y soledad antes de decírselo a nadie? —le pedí.

Sin embargo, esa misma tarde llamó mi madre para preguntar por qué no le habíamos dicho nada sobre los resultados de la biopsia, y Danny le dio la noticia. Lo siguiente que supe de ella fue que estaba buscando un vuelo para venir a Hong Kong. Después llamó mi hermano para decirme que él también estaba arreglando las cosas para venir y estar conmigo.

No quería que se lo tomaran tan a la tremenda ni ser la protagonista de todo ese drama. Ahora la situación parecía muy real. Sus reacciones de cariño me pusieron la desagradable realidad ante la cara con la misma evidencia que si se tratara de un pescado frío y muerto: ya no había forma de seguir evitando el diagnóstico.

El lunes Danny y yo fuimos de nuevo a la clínica para hacerme la IRM y hablar con el médico de las opciones de tratamiento. Después de hacerme la prueba nos encontramos con el médico, que comenzó a analizar los resultados con una expresión

de amable preocupación en la cara.

—Está en la fase 2A —me dijo.

—¿Qué significa eso? —preguntó Danny.

—Significa que la enfermedad se ha extendido por el tórax y la zona de la axila, pero está contenida en la mitad superior del cuerpo —respondió pacientemente el doctor—. Ahora debemos empezar a considerar las opciones disponibles. Yo le sugeriría una combinación de quimioterapia y radioterapia.

—¡No quiero quimioterapia! —anuncié con decisión.

—Pero cariño, ésa es prácticamente la única opción que tenemos —me dijo Danny sorprendido. Yo me giré para mirarle con determinación.

—Mira lo que la quimioterapia le está haciendo a Soni. ¡Y al marido de tu hermana! —respondí angustiada. No quería tener esa conversación, quería que las cosas volvieran a donde estaban antes. Me cubrí la cara con las manos e intenté alejar mis pensamientos—. ¿Querrías tú morir así? —exclamé, y hasta yo pude oír el terror que se deslizaba en mi voz—. Nuestros amigos se están consumiendo… y sufren terribles dolores. Prefiero morirme ahora mismo que permitir que me pase eso a mí.

—Lo sé —dijo Danny, y extendió la mano para colocarla suavemente sobre la mía, que reposaba fría e inerte sobre la mesa del médico—. Pero no quiero perderte. ¿Qué otra cosa se puede hacer?

Apenas llevábamos casados seis años. ¡Teníamos tantos sueños por los que vivir, lugares a los que queríamos ir y cosas que queríamos hacer! Pero igual que los glaciares del Polo Norte, nuestros sueños parecieron fundirse ante nuestros ojos.

Intenté dejar a un lado mis miedos y calmarle:

—Hay otros tratamientos. —Me volví hacia el doctor buscando apoyo a mi afirmación—. Estoy convencida de que hay otras formas de vencer al cáncer aparte de la quimioterapia.

Ese día Danny y yo empezamos un largo periplo. En ese momento parecía que íbamos a ser como los héroes de las mitologías: protagonistas de un decidido avance para vencer a la temible enfermedad que pretendía apoderarse de nuestras vidas. Desde el principio el viaje estuvo lleno de altibajos emocionales. Yo pasaba de la esperanza a la decepción, después al terror y finalmente a la ira.

Antes de mi diagnóstico, uno de los mayores miedos que yo tenía en la vida había sido tener cáncer, porque parecía que cada vez le ocurría con más frecuencia a la gente que conocía. Recibir mi diagnóstico mientras constataba que esa enfermedad estaba agostando las vidas de mi mejor amiga y del cuñado de Danny era como una confirmación de mis peores temores. Había presenciado impotente cómo la quimioterapia parecía estar destruyendo esos mismos cuerpos que se suponía que debía curar, y ahora ahí estaba la protagonista de todos mis miedos invadiendo nuestras vidas, saqueando nuestro mundo y poniendo patas arriba todo lo que se encontraba a su paso.

Pensar en esos seres queridos enfermos me provocaba oleadas de furia y de

pánico a la vez. Ahora el miedo al cáncer me oprimía como una mordaza. Parecía empujar mi estómago hasta la garganta estrujándolo con la fuerza de un puño, y los efectos de la quimioterapia me aterraban todavía más. Sólo con pensarlo, todos mis músculos se tensaban de aprensión intentando aferrarse a la vida.

En los meses anteriores a mi diagnóstico había visto deteriorarse rápidamente la salud de Soni. En ese tiempo me sentía mal cuando salía de fiesta por el hecho de estar por ahí divirtiéndome mientras ella estaba en el hospital. Me parecía injusto estar disfrutando mientras ella sufría. A medida que su salud iba deteriorándose, fue resultándome cada vez más difícil encontrar diversión en la vida y librarme de esa sensación de culpa.

Ahora que tenía que enfrentarme a mi propio cáncer, se me hizo mucho más difícil todavía afrontar el empeoramiento de mi amiga, y me di cuenta de que cada vez pasaba menos tiempo con ella. Cuando veía a Soni no podía seguir mostrándome positiva y optimista con ella, ni siquiera conmigo misma. Llegó un momento en que me di cuenta de que pasar el tiempo juntas, tal como lo pasábamos antes, no nos estaba ayudando a ninguna de las dos. Me llenaba de pavor contemplar lo que el cáncer le estaba haciendo a su cuerpo y también los efectos del tratamiento. Me sentía vulnerable al pensar que probablemente me esperaba el mismo destino, y eso era demasiado para mí.

El día que recibí una llamada de la hermana de Soni para decirme que la batalla de mi mejor amiga había acabado, me derrumbé y rompí a llorar. Finalmente nos había dejado, y aunque estaba abrumada por la emoción y el dolor de pensar que se había ido, una pequeña parte de mí se sintió aliviada, ya que al menos había dejado de sufrir.

El día del funeral de Soni quedará grabado para siempre en mi memoria. Todavía puedo ver la desolación en las caras de sus padres tras haber perdido a su hija, el dolor de su hermana pequeña y de su hermano mayor ante su falta, la pena y la impotencia en el rostro de su marido mientras se esforzaba por reconciliarse con su pérdida. Pero sobre todo, no olvidaré nunca las caras llenas de lágrimas de sus hijos pequeños y su mirada de horror al ver el ataúd de su madre envuelto en llamas en el crematorio. Ese recuerdo me perseguirá hasta el fin de mis días. Ése fue el día en que la «ira» se añadió a la mezcla de emociones que ya sentía por mi situación.

Para empeorar aún más las cosas, poco después del funeral de Soni recibimos otra llamada para decirnos que el cuñado de Danny también había perdido la batalla. Él también dejaba una joven esposa (la hermana pequeña de Danny) y dos hijos pequeños.

Yo me sentía furiosa ante esa broma cruel que llamamos vida. No entendía qué sentido tenía todo eso. Parecía como si viviéramos unos pocos años, fuéramos aprendiendo de nuestros problemas y errores y, justo cuando al fin empezábamos a pillarle el truco a la existencia, acabáramos inesperadamente en una caja de madera arrojada al fuego. Se suponía que eso no tenía que pasar tan pronto, y eso hacía que

todo me pareciera carente de significado y fútil.

CAPÍTULO 6

En busca de salvación

Ira.
Pavor.
Frustración.
Miedo.
Desesperación.

Ése era el abanico de emociones que me embargaban tras la muerte de Soni. De la mañana a la noche, cada día era una montaña rusa de emociones en la que primero cuestionaba mi situación, después la desafiaba, seguidamente me enfurecía y al fin me desesperaba. Y sentía todas esas emociones no sólo por mí misma, sino también por mi familia. Me aterraba pensar lo que padecerían cuando tuvieran que afrontar mi muerte.

Mi miedo y mi desesperación volvieron a empujarme a investigar todo lo que caía en mis manos sobre salud holística y bienestar, incluyendo los sistemas de curación orientales. Fui a ver a varios especialistas en disciplinas naturales y también probé diferentes modalidades de curación. Probé la hipnoterapia, la meditación y la oración; entoné mantras y tomé remedios herbales chinos. Finalmente dejé mi trabajo y viajé a la India para seguir el sistema de curación ayurvédico, mientras Danny se quedaba en Hong Kong obligado por su trabajo. Aunque no pudo acompañarme, acudió a visitarme dos veces durante dos semanas en cada ocasión. Además, me llamaba por teléfono casi cada día, porque quería mantenerse informado de cómo me iba.

Fui a la ciudad de Pune, la misma donde murió mi padre, para aprender más sobre el yoga y el ayurveda a través de un maestro que residía allí. Pasé seis meses en la India y en ese tiempo sentí que por fin estaba recuperando la salud.

Mi maestro de yoga me impuso un régimen muy exigente: tenía que seguir una dieta muy específica de comida vegetariana y remedios herbales, y realizar una rutina de *asanas* (posturas) de yoga todos los días al amanecer y al atardecer. Estuve siguiendo ese régimen varios meses y empecé a sentirme mucho mejor. El gurú que me trataba ni siquiera creía que yo tuviera cáncer. Le dije que los médicos me habían hecho pruebas y que habían confirmado que tenía un linfoma, a lo que él respondió: «Cáncer sólo es una palabra que da miedo. Olvídate de esa palabra y céntrate en equilibrar tu cuerpo. Las enfermedades no son más que síntomas de desequilibrio. Ninguna enfermedad perdura cuando todo el sistema está en equilibrio».

Disfruté mucho del tiempo que pasé bajo la tutela de mi maestro de yoga, y él me ayudó a aliviar mis miedos con respecto al cáncer. Al cabo de seis meses, él estaba

convencido de que ya me había curado, y yo también. Me sentía victoriosa, como si hubiera hecho un gran avance, y estaba deseando volver a casa para reencontrarme con Danny. Le echaba muchísimo de menos y tenía muchas cosas que compartir con él.

Cuando volví a Hong Kong, al principio mucha gente me dijo que tenía muy buen aspecto. Sin duda me sentía mejor de lo que me había sentido en mucho tiempo, tanto física como emocionalmente. Pero mi alegría duró poco, porque enseguida mis allegados y parientes empezaron a preguntarme qué es lo que había estado haciendo durante mi estancia en la India y cómo me había curado, y cuando les contaba lo del régimen ayurvédico reaccionaban negativamente y con suspicacia debido a su incredulidad. Eran personas con buenas intenciones que se mostraban escépticas con respecto a las elecciones que había hecho, pero que se preocupaban de veras por mí y por mi bienestar, y por eso su cuestionamiento tenía tanto impacto en mí. La mayoría creían que el cáncer no podía tratarse así, y poco a poco yo también empecé a albergar dudas, y los miedos comenzaron a colarse en mi mente mientras me esforzaba por defender mi posición.

Ahora, pensándolo *a posteriori*, creo que cuando empezó a pasarme eso debería haber regresado de inmediato a la India para volver a recuperar mi salud. Sin embargo, dejé que me venciera el escepticismo que los demás albergaban sobre el tipo de tratamiento que había elegido y me quedé en Hong Kong.

Allí intenté acercarme a la medicina tradicional china (MTC), que es el tipo de terapia que se practica habitualmente en Hong Kong, pero la orientación de ese sistema de curación guarda enormes contradicciones con el ayurveda, de modo que sólo conseguí confundirme. Por ejemplo, en la MTC te aconsejan consumir carne, sobre todo cerdo, mientras que en el sistema indio del ayurveda te animan a ser vegetariana, y las carnes como el cerdo o la ternera son alimentos completamente rechazados.

Para empeorar aún más las cosas, me volví hacia la naturopatía occidental con ánimo de poner orden entre tanto desconcierto. Pero eso no sólo aumentó la confusión, sino también mis miedos. Me llegaban mensajes contradictorios de cada disciplina. En los sistemas de naturopatía occidental, el azúcar y los productos lácteos son alimentos absolutamente prohibidos; de hecho, se considera que fomentan la formación de las células cancerosas. Los sistemas naturópatas que estuve investigando afirmaban que el azúcar alimenta las células mutadas, mientras que en el ayurveda la leche es un alimento básico, y el azúcar y otros alimentos dulces se consideran imprescindibles como parte de una dieta que se basa en el equilibrio de todos los sabores que se perciben a través de las papilas gustativas.

La consecuencia fue que me entró una enorme preocupación por la comida y empecé a desconfiar de casi cualquier alimento.

No sabía lo que era bueno y lo que no era bueno para mí, pues cada sistema de curación predicaba cosas diferentes que entraban en conflicto unas con otras. Esa

confusión sólo sirvió para avivar unos miedos que ya me abrumaban. Y cuando el terror volvió a invadirme con toda su fuerza, no pude más que observar impotente cómo mi salud empezaba de nuevo a deteriorarse rápidamente.

Sentía la necesidad de estar sola la mayor parte del tiempo y sólo admitía la compañía de las personas más allegadas. Quería distanciarme de la realidad en un intento por distanciarme de la verdad. No podía soportar ver cómo me miraba y me trataba la gente. Cuando mi salud empeoró, me disgustaba que los demás sintieran pena por mí o que me hicieran concesiones como si yo fuera diferente o anormal. También me sentía muy incómoda debido a que la gente de mi cultura pensaba que mi cáncer era producto de mi karma y que mi enfermedad era un castigo por alguna falta que habría cometido en una vida anterior. Como yo también creía en el karma, empecé a pensar que tenía que haber hecho algo realmente muy malo para merecerme aquello, y que debería avergonzarme por ello. Lo que me estaba pasando parecía un castigo, y eso también me hacía sentir impotente. «Si esto es la respuesta a algo que hice en una vida anterior, ¿cómo puedo cambiarlo? ¿Qué puedo hacer para remediarlo ahora?», me preguntaba. Esos pensamientos me provocaban una sensación de completa impotencia.

No obstante, mientras soportaba todo ese peso, yo fingía que no pasaba nada. Me reía y charlaba con todos, incluso cuando no tenía ganas, porque era importante para mí no preocupar a nadie. No quería que los demás estuvieran tristes o incómodos por mi situación, así que seguí poniendo los sentimientos y las necesidades de los demás por delante de los míos. Mucha gente me decía lo «valiente» que era y cómo admiraban mi forma de sobrellevar la enfermedad, y otros comentaban lo positiva y lo contenta que estaba siempre; pero yo no me sentía así en mi interior.

Danny era la única persona que entendía realmente lo que me estaba pasando y cuánto me costaba estar rodeada de gente, así que poco a poco empezó a actuar como un caparazón protector para apartar a la gente de mí. En presencia de otros, yo siempre me sentía obligada a fingir que me sentía feliz y positiva, pues no quería que nadie se sintiera mal por mí ni se preocupara. Eso, con el tiempo, comenzó a agotarme, hasta el punto de que ni siquiera tenía fuerzas para coger el teléfono. No quería hablar de mi enfermedad, no quería el consejo de nadie sobre cómo llevar lo que ocurría en mi interior ni me sentía capaz de responder repetidamente las preguntas que me hacía la gente que se preocupaba por mí.

Dejé de salir y me quedé en la seguridad de mi casa, porque, aparte de que no me sentía bien, mi apariencia física delataba lo enferma que estaba. Me costaba respirar, tenía las extremidades demasiado delgadas y no podía mantener la cabeza erguida. La gente se me quedaba mirando, y aunque sabía que no lo hacían por desprecio o desagrado, sino por curiosidad, o tal vez por compasión, me herían sus miradas y sus comentarios. Cuando los sorprendía mirando, apartaban la mirada bruscamente y podía notar su incomodidad. Reconocía la emoción que había tras sus expresiones, porque también yo había tenido ese mismo sentimiento en presencia de un enfermo.

Sabía que sentían pena de mí. Pronto reconocí que ésa era la reacción habitual en la gente que me veía o que interactuaba conmigo, y empecé a lamentar que mi presencia hiciera que los demás se sintieran incómodos, así que dejé de salir del todo.

Al poco tiempo me encontré encerrada en mi propia jaula de miedo y desesperación, y mi experiencia de la vida fue empequeñeciendo cada vez más. El tiempo se deslizaba entre mis dedos a una velocidad de vértigo. Para mí cualquiera que no tuviera cáncer tenía suerte. Envidiaba a cualquier persona sana, fueran cuales fueran las circunstancias de su vida; esas personas eran afortunadas porque no tenían dentro ese demonio que estaba devastando sin clemencia mi cuerpo, mi mente y mi vida.

Todas las mañanas me levantaba con un destello de esperanza: «Hoy puede ser el día en que las cosas cambien». Pero cada tarde concluía con la misma sensación pesada y familiar, y cada noche portaba una derrota mayor que la del día anterior.

Desilusionada, empecé a preguntarme qué era lo que quería mantener con esa lucha tan feroz. Fuera lo que fuese, ¿qué importaba ya, de todas formas? Transida de dolor y miedo, ya no le veía sentido a proseguir con esa lucha. Me vencía el cansancio. Estaba empezando a rendirme. Comenzaba a admitir que estaba derrotada.

Por aquellas fechas me encontraba ya entrando y saliendo del hospital constantemente para realizarme transfusiones de sangre y otros tratamientos. Cuando estaba en casa me pasaba la mayor parte del día durmiendo o descansando. No podía salir ni caminar durante largos períodos de tiempo. Con sólo media hora de actividad me quedaba exhausta y sin aliento. Estaba perdiendo peso con mucha rapidez y tenía fiebre permanentemente.

—¿Cree que mi enfermedad puede todavía mejorar en esta fase? —le pregunté al médico un día, tras efectuarme el escáner corporal rutinario para evaluar mi situación.

—Le diré a la enfermera que venga para ayudarla a vestirse —repuso él por toda respuesta, apartando la mirada. Lo que no me dijo es que quería hablar con Danny en privado.

—Hay muy poco que se pueda hacer ya —le dijo el médico a Danny en privado, fuera de la consulta. Miró a mi marido directamente y prosiguió—. Le quedan tres meses de vida, en el mejor de los casos. Los últimos escáneres muestran que los tumores han crecido y han aumentado de número, y que el cáncer se ha extendido de forma bastante agresiva por su sistema linfático. Es demasiado tarde hasta para la quimioterapia. Su cuerpo no podría soportar la toxicidad en esta fase. Está demasiado débil para cualquier tratamiento. Ahora se irá debilitando cada vez más hasta que se vaya acercando a la muerte. Lo siento.

Aunque Danny se hizo el fuerte y en ese momento me ocultó lo que le había dicho el médico (me lo dijo meses después), yo supe inmediatamente que algo no iba bien. Hacía tiempo que él faltaba muy a menudo al trabajo para cuidarme, pero después de esa visita al médico dejó de acudir a su empresa y se negó a separarse de mi lado.

Un día le pregunté desde mi cama de enferma:

—¿Voy a morirme?

—Todos nos vamos a morir algún día —me respondió.

—Lo sé, tonto —le respondí—. Quiero decir que si me voy a morir ahora por culpa del cáncer. ¿Y si me muero?

—Entonces iré adonde sea que estés y te traeré de vuelta —me respondió con cariño acariciándome la cabeza, que yo mantenía apoyada sobre la almohada.

Eso fue unas seis semanas después de la última visita al médico. Para entonces ya me costaba mucho respirar y tenía que llevar conmigo a todas partes una bombona de oxígeno portátil. No podía tumbarme, sino que tenía que estar siempre incorporada para no ahogarme en mis propios fluidos. Cada vez que intentaba tumbarme o adoptar otra postura, empezaba a toser y no podía respirar, así que cambiar de posición en la cama era una tarea imposible y el cuerpo se me llenó de úlceras. Mi sistema estaba tan invadido de toxinas que la piel se veía obligada a abrirse para expulsar el veneno que mi cuerpo ya no era capaz de contener.

Muchas veces me despertaba sudando copiosamente y con la ropa empapada (los sudores nocturnos son un síntoma habitual del linfoma). A menudo me picaba toda la piel, como si hubiera un hormiguero paseándose por todo mi cuerpo. Recuerdo una noche en que el picor era tan fuerte que no se iba por mucho que me rascara. Danny sacó cubitos de hielo del congelador, los metió en bolsas herméticas y los dos nos pusimos a frotar con ellas mis piernas, brazos y cuerpo para calmarme la piel inflamada. Nos costó mucho tiempo, pero al fin el picor se amortiguó.

En ese momento ya dependía completamente de los cuidados de Danny, y ambos nos pasábamos la mayoría de las noches sin dormir. Él se anticipaba a todas mis necesidades antes de que surgieran, me vendaba las heridas y me ayudaba a lavarme el pelo. Aunque me sentía culpable debido a que él tenía que pasar los días cuidando de mí, sabía que no lo hacía por obligación, deber o responsabilidad; lo hacía por el gran amor que me profesaba.

Mi sistema digestivo dejó de absorber los nutrientes de la comida y empecé a mostrar signos de desnutrición. Danny me compraba mis bombones preferidos y mi madre me preparaba mis platos favoritos para intentar que comiera, pero no tenía apetito, y además mi cuerpo era incapaz de absorber lo poco que no vomitaba, de modo que se me fueron consumiendo los músculos hasta que pronto ya no pude caminar; la única movilidad que tenía era gracias a una silla de ruedas. Mi cuerpo empezó a consumir las proteínas de mis propios músculos para sobrevivir, y no tardé en parecer una de esas niñas que salen en los anuncios de las campañas de ayuda a naciones asoladas por el hambre. Me convertí en un esqueleto y la cabeza me pesaba tanto que apenas podía levantarla de la almohada.

Seguía entrando y saliendo del hospital a menudo, pero cuando iba sólo quería salir de allí rápidamente para volver a casa. Los hospitales me parecían fríos, asépticos y deprimentes, y estar en ellos hacía que me sintiera aún más enferma de lo

que estaba. Así que contratamos a una enfermera para que me atendiera durante el día.

Mi madre y mi marido no se separaban de mi lado en esos días, y además Danny se pasaba las noches sentado a mi lado. Quería asegurarse de que seguía respirando y estar allí en caso de que llegara el momento de mi último aliento. La tos me impedía dormir la mayoría de las noches, de modo que agradecía tener allí su constante y tranquilizadora presencia. Además, era muy consciente de su dolor, lo que me hacía mucho más difícil soportar mi situación. Así y todo, seguía mostrándome valiente incluso entonces, y le aseguraba a todo el mundo que no sentía ningún dolor. Les decía que me encontraba bien, aunque la verdad era todo lo contrario.

Al mismo tiempo, también era consciente de la angustia de mi madre. Sabía que ninguna madre está preparada para ver morir a sus hijos delante de sus ojos, y mucho menos para presenciar la lenta y dolorosa desintegración de su cuerpo.

La mañana del 1 de febrero de 2006 me sentí más positiva de lo habitual. De hecho, empecé a percibir las cosas que me rodeaban: el color del cielo era más azul de lo normal y el mundo me parecía un lugar mejor. Aunque seguía atada a la silla de ruedas y a la bombona de oxígeno que me acompañaba a todas partes, mientras me llevaban de vuelta a casa tras mi tratamiento rutinario en la clínica sentí que estaba bien abandonarse y dejarse ir, que todo iba a salir bien.

«El mundo no se va a parar si no estoy en él —recuerdo que pensé—. No tengo nada de que preocuparme. No sé por qué, pero me siento emocionalmente bien. Mejor de lo que me he sentido en mucho tiempo».

Me dolía el cuerpo y me costaba respirar, así que me metí en la cama. Como tenía dolores por todas partes y no podía dormir, la enfermera me administró morfina justo antes de finalizar su jornada laboral para que pudiera descansar un poco. Pero ese día sucedió algo diferente. Sentí que me relajaba y que por fin soltaba el lazo que me unía a la vida. Todo ese tiempo había sido como si hubiera estado colgando de un acantilado, luchando con uñas y dientes por sostenerme; pero era una batalla perdida. Por fin estaba lista para soltarme y dejarme caer. Entonces sentí que me hundía en un profundo sueño.

A la mañana siguiente, el 2 de febrero, no abrí ya los ojos. Al parecer, tenía la cara tremendamente hinchada. También los brazos, las piernas, las manos y los pies. Nada más verme, Danny llamó al médico, que le dijo que me llevara enseguida al hospital.

Mi batalla contra el cáncer estaba a punto de acabar.

Segunda parte

LA MUERTE Y MI VIAJE DE IDA… Y VUELTA

CAPÍTULO 7

Dejando el mundo atrás

Mientras me llevaban a toda prisa al hospital, el mundo que me rodeaba empezó a cobrar un aspecto irreal, como si fuera un sueño, y sentí que iba alejándome cada vez más de la consciencia. Cuando llegué al hospital estaba en coma. Los médicos se apresuraron a examinarme y se mostraron bastante pesimistas, e incluso totalmente desesperanzados de que tuviera alguna posibilidad de salir adelante.

Aquel centro no era el mismo establecimiento al que había estado acudiendo para recibir mi tratamiento durante la enfermedad. El lugar al que había estado yendo hasta entonces era más una clínica grande que un verdadero hospital. Había resultado adecuado para recibir el tratamiento que el médico me había prescrito hasta entonces, pero no estaba equipado para tratar emergencias médicas. Durante todo el tiempo que había durado mi enfermedad, yo había querido que me trataran en la clínica de nuestro barrio, porque era menos intimidante y porque odiaba con todas mis fuerzas los hospitales; les tenía pánico, debido a que tanto mi mejor amiga como el cuñado de Danny habían fallecido en grandes hospitales especializados en cáncer.

Pero cuando Danny llamó a la clínica la mañana que entré en coma, mi médico le dijo que me llevara rápidamente a uno de los hospitales más grandes y mejor equipados de Hong Kong, y él llamó pidiendo que hubiera un grupo de especialistas esperándome. Así que ésa era la primera vez que estaba en ese hospital y que me trataba ese equipo médico.

En el mismo momento en que la oncóloga me vio, su cara mostró claramente la gravedad de la situación.

—Puede que el corazón de su mujer siga latiendo —le dijo a Danny—, pero ella ya no está aquí. Es demasiado tarde para salvarla.

«¿De qué está hablando la doctora? —me pregunté—. ¡No me he sentido mejor en mi vida! ¿Y por qué mi madre y Danny parecen tan asustados y preocupados? Mamá, no llores. ¿Qué ocurre? ¿Estás llorando por mí? No te preocupes. Estoy bien, de verdad, mamá, ¡lo estoy!». Pensaba que estaba diciendo esas palabras en voz alta, pero ningún sonido salía de mi boca. No tenía voz.

Quería abrazar a mi madre, reconfortarla y asegurarle que estaba bien, y no comprendía por qué no podía hacerlo. ¿Por qué mi cuerpo no estaba cooperando? ¿Por qué estaba allí tumbada, inerte, cuando lo que quería hacer era abrazar a mi marido y a mi madre y decirles que estaba bien y que ya no sentía dolor?

Debido a la gravedad de la situación, la doctora llamó inmediatamente a otro oncólogo con más experiencia para que la ayudara. Curiosamente, en el estado cercano a la muerte en el que me encontraba en ese momento, yo era más consciente

de todo lo que estaba ocurriendo a mi alrededor de lo que hubiera podido serlo en mi estado físico normal. No estaba utilizando mis cinco sentidos biológicos, sino absorbiéndolo todo con mucha más profundidad que si estuviera usando mis órganos físicos. Era como si otro tipo de percepción totalmente diferente se hubiera abierto ante mí, y ahora, más que percibir informaciones concretas, parecía estar abarcando todo lo que ocurría como si me estuviera de alguna forma fundiendo con ello.

El otro oncólogo ordenó que me llevaran inmediatamente al laboratorio de radiología para que pudieran hacerme un escáner de todo el cuerpo. Noté que tenía la cabeza apoyada en varias almohadas para mantenerla elevada, tal como la había tenido en casa los últimos días. Eso era porque, tal como he descrito antes, tenía los pulmones tan llenos de líquido que si me tumbaba del todo me ahogaba con mis propios fluidos.

Seguía conectada a la bombona de oxígeno portátil, pero cuando llegamos al laboratorio de radiología me quitaron la mascarilla, me levantaron y me pusieron sobre el escáner de IRM. En sólo unos segundos empecé a ahogarme, a toser y a escupir.

—No le quiten el oxígeno… ¡Y no puede estar tumbada! ¡Se está ahogando! ¡No puede respirar! ¡Va a morir si le hacen eso! —oí que gritaba Danny al equipo médico.

—Tenemos que hacerlo —le explicó uno de los radiólogos—. No se preocupe, tendremos cuidado al hacerle la prueba. Podrá aguantar si le quitamos el oxígeno sólo 30 segundos cada vez.

Así que los radiólogos me sacaban de la cápsula del IRM cada 30 o 40 segundos para ponerme la mascarilla de oxígeno, y después me la quitaban y me metían otra vez en la cápsula. Como tenían que hacer conmigo todas esas maniobras, les llevó mucho tiempo completar el escáner. Cuando terminaron, me llevaron a la unidad de cuidados intensivos (UCI).

Ante la insistencia de mi marido para que no se rindieran a pesar de mi estado, el equipo médico hizo todo lo que pudo por mí. Pero los minutos pasaban y yo seguía tumbada en la UCI con el personal administrándome medicamentos a través de agujas y tubos mientras mi familia les observaba impotente.

Entonces corrieron una cortina alrededor de mi cama para separarme de los pacientes que tenía a ambos lados, y Danny y mi madre quedaron fuera del cubículo que había creado la cortina.

Noté que las enfermeras todavía pululaban por allí, preparando mi cuerpo casi sin vida para engancharlo al oxígeno y a otras máquinas que empezaron a administrarme fluidos y glucosa de forma intravenosa, porque estaba muy desnutrida. Había un monitor sobre mi cama y me conectaron a él para poder medirme la tensión arterial y la frecuencia cardíaca. Me introdujeron una sonda de alimentación por la nariz y la garganta hasta el estómago para poder alimentarme directamente, y activaron un respirador que me bombeaba oxígeno por la nariz. Les costó meter el tubo de alimentación y pasarlo por la tráquea, así que me pulverizaron algo en la garganta

para adormecer los músculos y poder así introducirlo con más facilidad.

Sabía cuándo venía la gente a verme, quiénes eran y qué hacían. Aunque mis ojos estaban cerrados, era totalmente consciente de todos los detalles que había a mi alrededor y más allá, hasta el más mínimo. La agudeza de mi percepción era mayor que si hubiera estado despierta y utilizando mis sentidos físicos con normalidad. Simplemente, parecía saberlo y comprenderlo todo; no sólo lo que estaba ocurriendo a mi alrededor, sino también lo que sentía todo el mundo, como si pudiera ver y sentir el interior de todas las personas. Podía percibir su miedo, su desesperación y su resignación ante mi estado.

«Danny y mamá parecen tan tristes y tan asustados… Ojalá supieran que ya no siento dolor. Ojalá pudiera decírselo. Mamá, por favor, no llores. ¡Estoy bien! ¡Estoy aquí, contigo!».

Era totalmente consciente de lo que sucedía a mi alrededor. Aunque parecía que todo estaba ocurriendo al mismo tiempo, las cosas en las que decidía fijarme aparecían instantáneamente con toda nitidez.

—¡No le encuentro las venas! —oí que un enfermero le decía nervioso al médico de guardia. Había miedo en su voz—. Las tiene totalmente invisibles. ¡Oh, pero mírale los brazos! Es que no tiene carne. Su cuerpo lleva mucho tiempo sin absorber ningún nutriente —recuerdo claramente que decía una voz masculina.

«Parece tan desalentado… —pensé—. Si fuera por él, dejaría de intentarlo; y no le culpo».

—Tiene los pulmones llenos de líquido. Se está ahogando con sus propios fluidos. Tengo que sacárselo de los pulmones para que pueda respirar con más facilidad. —Era la voz del oncólogo. Le observé mientras trabajaba afanosamente sobre mi cuerpo inmóvil, un cuerpo que parecía demasiado pequeño para contener todo lo que sentía en mi interior en ese momento.

Aunque el equipo médico se movía con celeridad y había urgencia en sus acciones, noté también un cierto aire de resignación, como si ellos ya se hubieran hecho a la idea de que era demasiado tarde para cambiar mi destino. Yo era extremadamente consciente de todos los detalles, pero no podía sentir nada a nivel físico. Nada, excepto una sensación de libertad que no había conocido nunca antes.

«Guau, ¡esto es increíble! ¡Me siento tan ligera y tan libre…! ¿Qué está pasando? ¡Nunca me había sentido tan bien! Ya no hay tubos ni silla de ruedas. Me puedo mover de aquí para allá libremente y sin ayuda. Y ya no me cuesta respirar, ¡es increíble!».

No sentía ningún vínculo emocional con mi cuerpo, aparentemente sin vida allí tumbado, en la cama del hospital. Era como si no fuera mío. Parecía demasiado pequeño e insignificante para albergar todo lo que estaba experimentando. Me sentía libre y espléndida.

Todos los dolores, las tristezas y las penas habían desaparecido. Me sentía liberada de toda carga. No recordaba haberme sentido antes así, nunca.

Era como si hubiera sido una prisionera de mi propio cuerpo durante los cuatro años anteriores, mientras el cáncer arrasaba mi cuerpo físico, y ahora por fin me había liberado. Estaba probando la libertad por primera vez. Empecé a sentirme ingrávida y a ser consciente de que podía estar en cualquier lugar en todo momento. Y eso no me pareció raro. Me parecía lo más normal, como si ésa fuera la verdadera forma de percibir las cosas. Ni siquiera me pareció extraño poder escuchar lo que hablaba el médico con mi marido fuera de la UCI, en el pasillo, a unos doce metros de donde yo me hallaba.

—No podemos hacer nada por su esposa, señor Moorjani. Sus órganos ya no funcionan. Tiene tumores del tamaño de limones por todo el sistema linfático, desde la base del cráneo hasta debajo del abdomen. Su cerebro está lleno de líquido, igual que sus pulmones. Ha desarrollado lesiones en la piel que están cargadas de toxinas. No creo que consiga sobrevivir a esta noche —le dijo aquel hombre a Danny. Era un médico al que no había visto antes.

Vi cómo la expresión de Danny delataba su angustia, y quise gritarle: «No pasa nada, cariño, ¡estoy bien! No te preocupes. No hagas caso a ese médico. Lo que dice no es cierto». Pero no podía hacerlo. Ningún sonido salió de mí. Él no podía oírme.

—No quiero perderla. No estoy preparado para perderla —dijo Danny.

Aunque no sentía ningún vínculo con mi cuerpo, percibí una fuerte oleada de emociones ante el drama que se estaba desarrollando junto a mi cuerpo inerte. Deseaba con todas mis fuerzas aliviar a Danny de la profunda desesperación que le asolaba al pensar que podía perderme.

«Cariño, ¿me oyes? ¡Escúchame! Quiero que sepas que estoy bien».

En cuanto empecé a sentirme vinculada emocionalmente con la situación que se estaba produciendo a mi alrededor, también sentí que una fuerza tiraba de mí alejándome, como si hubiera un marco más grande, un plan mayor que estuviera desplegándose. Pude sentir cómo se desvanecían mis apegos, a la vez que empecé a saber que todo era perfecto y se estaba desarrollando de acuerdo a un plan.

A la vez que mis emociones se iban desvinculando de lo que me rodeaba, empecé a notar que me expandía y llenaba todo el espacio, hasta que ya no hubo separación alguna entre mi ser y todo lo demás. Sentí que lo envolvía todo y a todos, o, más bien, que me convertía en todo. Era totalmente consciente de todas las palabras de la conversación que se estaba produciendo entre mi familia y los médicos, y ello a pesar de que físicamente estaban a cierta distancia, fuera de la habitación. Veía la expresión de desesperación en el rostro de mi marido y pude sentir su temor. Era como si en ese instante me hubiera convertido en él.

Simultáneamente, y aunque no había sido consciente de ello hasta entonces, vi a mi hermano Anoop a miles de kilómetros de allí, en un avión de camino hacia Hong Kong para verme, y sentí su preocupación. Al verle y percibir sus sentimientos, volví a sentirme atraída hacia el drama emocional del mundo físico.

«Oh, mira, ahí está Anoop. Está en un avión. ¿Por qué parece tan preocupado?

Parece que viene a Hong Kong a verme».

Recuerdo haber sentido la urgencia que tenía Anoop por verme, y me inundó una intensa oleada de emoción hacia él.

«Oh, pobre Anoop. Está preocupado por mí y quiere llegar aquí antes de que me muera. No te preocupes, Anoop. Estaré aquí cuando llegues. No tengas prisa. Ya no siento ningún dolor, hermano».

Quería acercarme, darle un abrazo y asegurarle que estaba bien, y no entendía por qué no podía comunicarme con él.

«Estoy aquí, hermano».

Recuerdo que en ese momento quise que mi cuerpo físico no muriera antes de que él llegara. Sabía lo mal que le haría sentir eso y no quería que pasara por ello.

Pero, de nuevo, cuando el cariño por mi hermano hizo mella en mí y empecé a sentirme abrumada porque no quería que él experimentara el dolor de ver morir a su hermana pequeña, volví a notar que algo me apartaba. Cada vez que mis emociones se desataban, empezaba a expandirme de nuevo y sentía una liberación de todas las ataduras, que me llevaba, una vez más, a verme embargada por la tranquilizadora sensación de que había un panorama más grande desplegándose como un inmenso tapiz en el que todo era exactamente como tenía que ser dentro del gran esquema de todas las cosas.

Cuanto más me expandía, menos inusual me parecía ese estado milagroso. De hecho, no era consciente de estar fuera de la normalidad. Todo me parecía perfectamente natural en ese momento. Seguía siendo totalmente consciente de cada detalle de todos los tratamientos que me aplicaban, mientras que para el mundo exterior seguía en coma.

A la vez, no dejaba de sentir cómo me expandía más y más, distanciándome del mundo físico. Era como si ya no me viera restringida por los límites del espacio o el tiempo y pudiera expandirme sin límite hasta ocupar una extensión cada vez mayor de consciencia. Tenía una sensación de libertad como nunca antes había experimentado en mi vida. Sólo puedo describirlo como la combinación de una sensación de absoluta felicidad y de una generosa ración de júbilo y bienestar. Ese gozo y felicidad brotaban de la sensación de estarme liberando de mi enfermedad y de mi cuerpo moribundo. Era una sensación de jubilosa emancipación de todo el dolor que me había estado provocando mi dolencia.

Según iba adentrándome más profundamente en el otro ámbito, expandiéndome, convirtiéndome en todo y en todos, sentí que los vínculos emocionales con mis seres queridos y con lo que me rodeaba iban desvaneciéndose paulatinamente. Algo que sólo puedo describir como un amor soberbio, glorioso e incondicional me envolvió, me embargó por completo, mientras yo seguía dejándome llevar. El término «amor incondicional» no hace plena justicia a esa sensación, porque se ha hecho un uso excesivo de esas palabras, hasta el punto de que han perdido toda su intensidad. Pero la batalla física que llevaba librando tanto tiempo había cesado al fin, y ahora estaba

experimentando una hermosa sensación de libertad.

No sentía como si hubiera ido *físicamente a alguna parte*; era, más bien, como si me hubiera *despertado*. Acaso me había despertado por fin de un mal sueño y mi alma estaba conociendo ahora la verdadera magnificencia, y al hacerlo, se estaba expandiendo más allá de mi cuerpo y del mundo físico. Se extendía más y más hacia afuera, hasta que abarcó toda la existencia, aunque no se limitó a eso: continuó expandiéndose, adentrándose en otro ámbito más allá del tiempo y el espacio, pero sin dejar atrás el anterior, sino incluyéndolo todo.

Amor, felicidad, éxtasis y asombro fueron los sentimientos que me llenaron, me traspasaron y me envolvieron. Me vi engullida y envuelta en más amor del que jamás pensé que pudiera existir. Me sentí más libre y más viva que nunca. Como he dicho, de repente percibía cosas que no eran físicamente posibles, como las conversaciones que mi familia tenía con el personal médico lejos de mi cama del hospital.

Esas abrumadoras sensaciones eran propias del ámbito expandido que las albergaba, y no existen palabras para describirlas. Esa sensación de *amor pleno*, puro e incondicional era totalmente distinta a cualquier cosa que hubiera podido sentir anteriormente. Es imposible calificarla o clasificarla. Era un amor absolutamente indiscriminado, como si no tuviera que hacer nada para merecerlo ni demostrar nada para ganármelo.

Para mi profunda sorpresa, fui consciente de la presencia allí de mi padre, que había muerto diez años antes. Percibir que estaba conmigo me hizo sentir increíblemente reconfortada.

«¡Papá, estás aquí! ¡No me lo puedo creer!».

No dije esas palabras, sólo las pensé. De hecho fue más bien como si sintiera las emociones que había detrás de las palabras, porque en ese ámbito no había más forma de comunicación que a través de las emociones.

«Sí, estoy aquí, cariño; siempre he estado aquí para ti y para toda la familia», me trasmitió mi padre. Tampoco hubo palabras, sólo emociones, pero lo entendí perfectamente.

Entonces reconocí la esencia de mi mejor amiga, Soni, fallecida tres años antes a consecuencia de un cáncer. Sentí algo que sólo puedo describir como jubiloso entusiasmo cuando su presencia me envolvió en un cálido abrazo y me sentí arropada. Era como si hubiera *sabido* desde mucho antes de ser consciente de ello que ambos habían estado allí todo el tiempo, durante todo el desarrollo de mi enfermedad.

También fui consciente de otras presencias a mi alrededor. No las reconocí, pero supe que me querían mucho y que me protegían. Me di cuenta de que habían estado próximas todo el tiempo, aunque yo no fuera consciente de ello, envolviéndome en un inmenso amor.

Fue tremendamente tranquilizador para mí volver a sentir la esencia de Soni, porque la había echado mucho de menos durante los años transcurridos desde su

partida. Sentía un amor incondicional por ella, y su presencia me transmitía ese mismo sentimiento hacia mí. Y entonces fue como si mi esencia se fundiera con la de Soni, y me *convertí* en ella. Comprendí que ella estaba aquí, allí y en todas partes; que era capaz de estar simultáneamente en todos los lugares y en todos los momentos para sus seres queridos.

Aunque en ese ámbito no estaba utilizando mis cinco sentidos físicos, tenía una percepción ilimitada, como si acabara de adquirir un sentido nuevo y más acrecentado y agudizado que ninguna de las facultades comunes. Tenía una visión periférica de 360 grados, con una consciencia total de todo lo que me rodeaba. Y por sorprendente que pueda sonar, me parecía algo normal. En esos momentos percibía que el hecho de estar en un cuerpo era como un confinamiento.

También percibía el tiempo de modo diferente en ese ámbito. Sentía todos los momentos a la vez y era consciente de *todo* lo que tenía que ver conmigo, tanto lo pasado como lo presente o lo futuro, de manera simultánea. Tomé conciencia de lo que parecían ser varias vidas desarrollándose sincrónicamente. Había una encarnación en la que tenía un hermano más pequeño por el que sentía un gran afán protector, y sabía que la esencia de ese personaje fraterno era la misma que la de Anoop, sólo que en esa existencia él era más pequeño que yo en vez de mayor. Esa vida que ahora estaba percibiendo parecía tener lugar en una zona rural y poco desarrollada, en un momento y una ubicación que no podría precisar. Vivíamos en una casita de barro con pocos muebles, y yo cuidaba de Anoop mientras nuestros padres salían al campo a trabajar.

Mientras experimentaba las sensaciones asociadas con ser una hermana mayor protectora, asegurándome de que hubiera suficiente comida para todos y de hallarnos protegidos de cualquier amenaza externa, no sentía que fuera una vida pasada. Aunque la escena parecía histórica, en ese ámbito se sentía como si estuviera ocurriendo aquí y ahora.

En otras palabras, el tiempo no discurría de forma lineal, tal como lo experimentamos aquí. Es como si nuestras mentes terrenales convirtieran todo lo que pasa a nuestro alrededor en una secuencia, mientras que en realidad, cuando no estamos expresándonos a través de nuestros cuerpos, todo ocurre simultáneamente, ya sea pasado, presente o futuro.

Aunque el hecho de percibir todos los puntos temporales simultáneamente producía una atmósfera de claridad en ese ámbito, el intento de recordarlo o de escribir hoy acerca de ello puede sonar un tanto confuso; porque cuando no hay tiempo lineal, *la secuencia* no es obvia, lo cual hace que resulte torpe el intento de describirlo.

Es como si nuestros cinco sentidos físicos nos limitaran a enfocarnos solamente en un punto en el tiempo en cada momento, y encadenáramos todos esos puntos creando así la ilusión de una realidad que discurre linealmente. Nuestro cuerpo físico limita igualmente nuestra percepción del espacio que nos rodea, confinándonos sólo a

lo que nuestros ojos y nuestros oídos pueden ver y oír, o a lo que alcanzamos a tocar, oler o saborear. Sin embargo, sin las limitaciones de mi cuerpo, podía abarcar todos los puntos del tiempo y del espacio a la vez, pues todos ellos me pertenecían.

La conciencia acrecentada que poseía en ese ámbito expandido era inefable; me resulta imposible describirla a pesar de todos mis esfuerzos. La claridad era asombrosa.

«¡El universo tiene sentido! Por fin lo entiendo. ¡Sé por qué tengo cáncer!». Estaba demasiado embargada en la maravilla de ese momento como para detenerme en la causa, aunque más adelante la examiné con más detalle. También comprendí por qué había venido a esta vida, y conocí mi verdadero propósito.

«¿Por qué de repente entiendo todo esto? —quise saber—. ¿Quién me está dando esta información? ¿Es Dios? ¿Krishna? ¿Buda? ¿Jesús?». Y entonces me embargó la comprensión de que Dios no es un *ser, sino un estado de ser… ¡Y ahora yo era ese estado de ser!*

Vi que mi vida estaba intrincadamente entretejida con todo y en todo lo que había llegado a conocer. Mi experiencia terrenal era como un único hilo tejido a través de una inmensidad de complejas y coloridas imágenes en el seno de un tapiz infinito. Todos los demás hilos y colores representaban mis relaciones, incluyendo todas las vidas con las que había entrado en contacto alguna vez. Había hilos que representaban a mi madre, a mi padre, a mi hermano, a mi marido y a todas las demás personas que habían entrado en mi vida, tanto si había tenido con ellas una relación positiva como negativa. «¡Oh, Dios mío, si incluso hay un hilo para Billy, el chico que me martirizaba cuando era pequeña!». Todos y cada uno de los encuentros que había tenido se habían entretejido para crear ese tapiz que representaba la suma de toda mi vida hasta ese instante. Y aunque yo sólo era uno de los hilos de ese tejido, era a la vez íntegramente el diseño global final.

Al verlo, comprendí que era mi deber ser siempre una expresión de mi propia esencia única; era algo que me debía a mí misma, a todos los que había conocido y a la vida en sí. Intentar ser algo o alguien diferente no me llevaría a ser mejor, ¡sino sólo a privarme de mi verdadero ser! Impediría así que otros experimentaran quién soy verdaderamente, a la vez que me impediría a mí interactuar auténticamente con ellos. Además, al no ser auténtica estaría privando al universo de la persona que he venido aquí a ser y de lo que he venido aquí a expresar.

En ese estado de claridad, también me di cuenta de que no era quien siempre había creído que era: «Aquí estoy, sin cuerpo, raza, cultura, religión o creencias… *¡y sigo existiendo!* ¿Entonces qué soy yo? ¿Quién soy yo? Ciertamente no me siento reducida ni más limitada en modo alguno. Todo lo contrario: no he tenido nunca tanta grandeza, tanto poder, tanta capacidad de abarcarlo todo. ¡Guau, nunca, jamás me había sentido así!».

Y ahí estaba, sin mi cuerpo ni ninguno de mis atributos físicos, y, sin embargo, mi pura esencia seguía existiendo; y no era una expresión limitada de la totalidad de mi

ser. De hecho, me sentía mucho más vasta y más intensa y expansiva que mi ser físico; en resumen, magnificente. Me sentía eterna, como si siempre hubiera existido y siempre fuera a existir sin principio ni fin. ¡Me llenaba la conciencia de que yo era sencillamente magnificente!

«¿Cómo he podido no darme cuenta de esto antes?», me pregunté maravillada.

Mientras contemplaba ese gran tapiz que era la acumulación *de toda mi vida hasta ese punto, fui capaz de identificar con toda exactitud cómo es que había llegado hasta el extremo en el que me hallaba hoy*.

«¡Oh, mira el camino por el que ha transcurrido mi vida! ¿Por qué, oh, por qué he sido siempre tan dura conmigo misma? ¿Por qué siempre me he estado castigando? ¿Por qué me he negado siempre a mí misma? ¿Por qué no me he apoyado a mí misma para mostrar al mundo la belleza de mi alma?

»¿Por qué siempre he estado reprimiendo mi inteligencia y mi creatividad para agradar a otros? Me he traicionado a mí misma cada vez que he dicho sí cuando quería decir no. ¿Por qué me he violado y me he transgredido a mí misma buscando la aprobación de otros en vez de ser yo misma? ¿Por qué no he seguido el impulso de mi bello corazón y he rehusado expresar mi propia verdad?

»¿Y por qué no nos damos cuenta de esto cuando estamos dentro de nuestros cuerpos? ¿Cómo es que nunca me he dado cuenta de que no debemos ser tan duros con nosotros mismos?».

Seguía sintiéndome completamente envuelta por un océano de amor y aceptación incondicionales. Pude verme a mí misma con nuevos ojos y me di cuenta de que era un bello ser del universo. Comprendí que el mero hecho de existir me hacía merecedora de consideración y ternura, en vez de enjuiciamiento y crítica. No hacía falta que hiciera nada concreto; me merecía ser amada por el mero hecho de existir, nada más y nada menos.

Eso me resultó una revelación sorprendente, porque siempre había pensado que tenía que esforzarme para poder llegar a ser amada, que tenía que ganarme y llegar a merecerme de algún modo que alguien me quisiera, así que fue maravilloso darme cuenta de que no era así, de que era amada de manera incondicional por el mero hecho de existir.

Cuando me di cuenta de que esa esencia expandida y magnificente era en verdad yo misma, fui transformada en medio de una claridad inimaginable. ¡Era la verdad de mi ser! La comprensión fue de una claridad absoluta: estaba contemplando un nuevo paradigma de la existencia, convirtiéndome en la cristalina luz de mi propia conciencia. No había nada que pudiera interferir el flujo, la gloria y la pasmosa belleza de lo que estaba acaeciendo.

Me di cuenta de que todos estamos conectados. Y no sólo todas las personas y criaturas vivientes, sino que sentía como si la entretejida unificación fuera expandiéndose hacia el exterior hasta incluir absolutamente *todo lo existente en el universo*: cada ser humano, animal, planta, insecto, montaña, mar, objeto inanimado y

el cosmos mismo. Me di cuenta de que el universo entero está vivo e infundido de conciencia, incluyendo y abarcando toda vida y naturaleza. Todo y cada cosa pertenece a un Todo infinito, y yo estaba intrincada e inseparablemente entretejida con toda la vida. Todos somos facetas de esa unidad: *todos somos Uno y cada uno de nosotros tiene un efecto sobre el Todo colectivo*.

Sabía que la vida y el propósito de Danny estaban inextricablemente vinculados a mi vida y a mi propósito, y que si moría, él me seguiría poco después. Pero comprendí que, aunque así ocurriera, todo seguiría siendo perfecto dentro de la imagen global.

También comprendí que el cáncer no era un castigo por algo que hubiera hecho mal, ni tampoco un karma negativo como resultado de alguna de mis acciones, tal como había creído antes. Era como si cada momento albergara infinitas posibilidades, y el hecho de que me hallara en ese lugar en ese punto del tiempo era la culminación de cada una de las decisiones, elecciones y pensamientos que había tomado y tenido a lo largo de toda mi vida. Y, en mi caso, mis muchos miedos y mi enorme poder se habían manifestado adoptando la forma de esta enfermedad.

CAPÍTULO 8

Algo infinito y absolutamente fantástico

Aunque mi intención con este relato es compartir mi experiencia cercana a la muerte, no hay palabras que puedan acercarse a describir su profundidad ni la comprensión que me inundó. Así que la mejor forma de expresarlo es a través del uso de metáforas y analogías. Espero poder capturar de este modo una parte, al menos, de la esencia de lo que estoy intentando trasmitir, aunque sea de manera modesta.

Imagina un almacén enorme y oscuro. Tú vives allí dentro y sólo tienes una pequeña linterna para iluminarte. Todo lo que sabes de lo que contiene ese enorme espacio se limita a lo que puedes ver con el haz de luz de la linterna. Cuando buscas algo puede que lo encuentres o no, pero el hecho de que no lo encuentres no significa que no exista. Puede estar ahí y, sin embargo, que no lo veas porque no has acertado a dirigir la luz hacia ello. E incluso aunque alcances a iluminarlo, puede que el objeto en cuestión no sea fácil de reconocer; quizá tengas una idea de cómo es ese objeto, pero si no sabes exactamente qué es, lo más normal es que no aciertes a captarlo. Así que sólo puedes ver los objetos a los que diriges la luz, pero de todos ellos, sólo puedes identificar los que ya conoces.

Así es la vida física. Sólo nos percatamos de las cosas sobre las que enfocamos nuestros sentidos en un momento dado, pero de todas ellas sólo somos capaces de entender y reconocer aquellas que ya conocemos de antemano.

Ahora imagina que un día alguien enciende la luz del almacén. Entonces, por primera vez, en una repentina explosión de luz, color y sonido, puedes ver simultáneamente todo lo que alberga. No se parece a lo que te habías imaginado. Las luces parpadean, brillan y emiten destellos de color rojo, amarillo, azul y verde. Ves colores que no reconoces porque no los habías visto nunca antes. La música inunda la habitación con unas melodías fantásticas, caleidoscópicas, y un sonido envolvente que jamás habías oído. Hay unos letreros de neón que parpadean y cambian constantemente de color: cereza, limón, bermellón, uva, lavanda y dorado. Unos juguetes eléctricos suben y bajan por unos rieles y rodean estantes llenos de cajas, paquetes, papeles, lápices, pinturas, tintas, latas de comida, envoltorios de caramelos multicolores, botellas de refrescos, bombones de todas las variedades posibles, champán y vinos de todas las partes del mundo. De repente, unos cohetes cruzan el aire dejando una estela de chispas y al explotar forman flores chisporroteantes, cascadas de fuego frío, pavesas sibilantes y juegos de luces.

La vastedad, complejidad, profundidad y amplitud de todo lo que sucede a tu alrededor es casi abrumadora. Hay cosas que ver hasta los confines del espacio, y sabes que en ese torrente cautivador, tanto para los sentidos como para las emociones,

hay más de lo que puedes absorber. Pero tienes la poderosa sensación de que eres parte de algo vivo, infinito y fantástico, de un tapiz enorme y oculto que va más allá de lo que abarcan la vista y el oído.

Entiendes que lo que solías considerar tu realidad era, en verdad, sólo una mota dentro de la vasta maravilla que te rodea. Ahora ves cómo se interrelacionan las diferentes partes, cómo cada cosa contrasta con todas las demás y cómo finalmente todo encaja. Te das cuenta de cuántas cosas hay en el almacén que nunca habías visto; ni siquiera habrías podido ni soñar que pudiera existir tal esplendor y toda esa maravilla de color, sonido y textura, pero ahí está todo ello al lado de lo que ya conocías.

Y ahora, incluso los objetos que ya conocías se enmarcan en un contexto completamente nuevo, de forma que también ellos parecen completamente nuevos y extraordinarios.

Ahora, aunque se vuelva a apagar la luz, nada ni nadie podrá quitarte esa comprensión y esa claridad, ni arrebatarte la grandiosidad, la belleza o la fabulosa energía de la experiencia. Nada podrá jamás anularte el conocimiento de todo lo que hay en el almacén. Ahora eres mucho más consciente de lo que hay ahí que cuando sólo tenías tu pequeña linterna, y sabes cómo acceder a ello y a todas las posibilidades que hay a tu alcance, y te inunda una sensación de sobrecogimiento y reverencia debido a todo lo que has experimentado durante esos momentos de cegadora lucidez. La vida ha adquirido un significado diferente, y lo que experimentes de ahí en adelante estará teñido de esa nueva consciencia.

En el otro ámbito me admiraba de mi comprensión recién hallada, disfrutando y explorando esa nueva consciencia que todo lo abarcaba. Y mientras lo hacía, me fui dando cuenta de que tenía ante mí una elección y que debía tomar una decisión.

Llegué a un punto en el que volví a sentir poderosamente la tranquilizadora presencia de mi padre envolviéndome, casi como si me estuviera abrazando.

«Papá, me siento como si hubiera vuelto a casa. Estoy muy contenta aquí. ¡La vida está tan llena de dolor!», le dije.

«Pero si siempre estás en casa, cariño —me recalcó—. Siempre lo has estado y siempre lo estarás. Quiero que lo recuerdes».

Aunque nunca estuve muy unida a mi padre durante mi infancia, todo lo que ahora sentía emanar de él era un amor glorioso e incondicional. Durante mi vida física con él, a menudo me había sentido frustrada debido a sus intentos por conformarme según las normas culturales indias, como, por ejemplo, su insistencia en que me casara joven, haciéndome sentir inadaptada debido a que no siempre había sido capaz de cumplir con sus pautas. Pero en ese ámbito me di cuenta de que, en ausencia de las restricciones físicas y de las ataduras derivadas de su condicionamiento cultural y de sus expectativas, lo que mi padre sentía por mí era puro amor.

Las presiones culturales que había ejercido sobre mí habían desaparecido, pues

sólo formaban parte de nuestra existencia física. Nada de eso importaba después de la muerte; esos valores no nos acompañaban a la otra vida. Lo único que permanecía era nuestra conexión, el amor incondicional que nos teníamos. Así que, por primera vez, me sentí muy querida y segura en presencia de mi padre. Realmente me sentía de maravilla, como si por fin hubiera llegado a casa.

Nuestra comunicación no era verbal, sino más bien una fusión completa de comprensión mutua. No sólo *comprendía* a mi padre: era como si me hubiera *convertido* en él. Era consciente de que él había estado con toda mi familia durante los años transcurridos desde de su muerte. Había permanecido con mi madre, apoyándola y cuidándola. Y también había estado conmigo en mi boda y durante mi enfermedad.

Fui consciente de que la esencia de mi padre se estaba comunicando conmigo más directamente todavía: «Cariño, quiero que sepas que todavía no ha llegado tu momento de quedarte. Pero es decisión tuya elegir si quieres venir conmigo o regresar a tu cuerpo».

«Pero mi cuerpo está muy enfermo, devastado y consumido por el cáncer —fue el pensamiento que me atravesó inmediatamente—. ¿Por qué iba a querer volver a ese cuerpo? No me ha causado más que sufrimiento. Y no sólo a mí, sino también a mamá y a Danny. No creo que tenga ningún sentido volver».

Eso sin tener en cuenta que ese estado de amor incondicional era tan maravilloso que no podía ni siquiera soportar la idea de volver. Quería quedarme para siempre donde estaba.

Lo que ocurrió después es increíblemente difícil de describir. Primero, era como si todas las cosas a las que dirigía mi conciencia aparecieran instantáneamente ante mí. Segundo, el tiempo era completamente irrelevante; no era siquiera un factor a considerar, como si no existiera.

Previamente a ese punto temporal, los médicos habían hecho pruebas del funcionamiento de mis órganos y ya habían redactado su informe por escrito. Sin embargo, en ese ámbito era como si el resultado de esas pruebas y el correspondiente informe dependieran de la decisión que yo todavía tenía que tomar: o vivir o seguir adentrándome en la muerte. Si elegía la muerte, los resultados de las pruebas mostrarían que me sobrevenía un fallo orgánico. Pero si elegía volver a la vida física, mostrarían que mis órganos comenzaban a funcionar de nuevo.

En ese instante decidí que no quería volver. Entonces tomé conciencia de mi cuerpo físico muriendo y vi a los médicos hablando con mi familia, explicándoles que había muerto de un fallo multiorgánico.

Al mismo tiempo, mi padre se comunicó conmigo:

«Hasta aquí puedes llegar, cariño. Si vas más allá, no podrás volver».

Entonces fui consciente de que había una frontera ante mí, aunque no era una demarcación física; era más bien un umbral invisible marcado por una variación de niveles de energía. Sabía que si lo cruzaba no habría vuelta atrás. Todos mis vínculos

con el mundo físico quedarían permanentemente cercenados; y, tal como acababa de ver, a mi familia le comunicarían que mi muerte se había producido por un fallo orgánico como consecuencia de un linfoma en estado terminal.

El amor y aceptación incondicional eran de una inmensidad inconcebible, y yo quería cruzar ese umbral para proseguir experimentando eso eternamente. Era como si estuviera envuelta en la unidad, en la esencia pura de todo ser viviente y criatura, sin padecimientos, dolores, dramas o egos.

Volví mi conciencia hacia la reacción de mi desolada familia ante la noticia de mi muerte. Vi la cabeza de Danny enterrada en mi pecho exánime, sosteniendo mi mano inerte mientras su cuerpo se convulsionaba con hondos e inconsolables sollozos. Mi madre, cerniéndose sobre mí blanca como una sábana, me miraba con incredulidad. Y mi hermano Anoop llegaba conmocionado por no haber logrado comparecer a tiempo.

Antes de ser absorbida por lo que estaba sucediendo con mi existencia física y mi familia, un súbito impulso me arrebató de mis emociones. Una vez más me sentí embargada por la reconfortante sensación de que se estaba desplegando una historia mayor. Sabía que aunque eligiera no volver, todo era exactamente como tenía que ser dentro del gran tapiz de la vida.

En cuanto tomé la decisión de proseguir hacia la muerte, me di cuenta de un nuevo nivel de verdad.

Descubrí que, puesto que me había dado cuenta de quién era realmente y había comprendido la magnificencia de mi verdadero ser, si elegía volver a la vida mi cuerpo se curaría rápidamente; no en semanas ni meses, ¡sino en días! *Supe* que los médicos no serían capaces de encontrar ni una traza de cáncer si elegía regresar al cuerpo.

«¿Cómo es eso posible?». Estaba atónita por esa revelación, y quise comprender la razón de que sucediera así.

Entonces entendí que mi cuerpo es sólo un reflejo de mi estado interno. Si mi yo interior se hacía consciente de su grandeza y de su conexión con Todo lo que es, mi cuerpo pronto lo reflejaría y se curaría rápidamente.

Aun cuando siempre había tenido el poder de elegir, también discerní que había algo más… «Es como si hubiera algún tipo de propósito que tuviera que cumplir todavía. ¿Pero qué es? ¿Cómo haré para encontrarlo?».

Entonces percibí que no tenía que ir a buscar a ninguna parte lo que se suponía que debía hacer; se desplegaría ante mí. Implicaba ayudar a muchas personas, a miles, o quizá decenas de miles, acaso compartiendo un mensaje con ellas. Pero no hacía falta que buscara nada ni que me esforzara por imaginarme cómo iba a lograrlo. Simplemente debía permitir que el propósito se desplegara por sí mismo.

Para acceder a ese estado de permitir que sucediera lo que hubiera de suceder, lo único que tenía que hacer era *ser yo misma*. Me di cuenta de que durante todos esos años, lo único que *siempre* tenía que haber hecho era ser yo misma, sin juzgarme o

sentirme inadecuada. Al mismo tiempo, comprendí que, en el fondo, nuestra esencia está hecha de puro amor. *Somos puro amor, cada uno de nosotros*. ¿Cómo podríamos no serlo si provenimos del Todo y a él retornamos? Supe que darnos cuenta de eso significaba que nunca más volveríamos a tener miedo de ser quienes somos. Por ello, ser amor y ser nuestro verdadero yo son ¡una y la misma cosa!

Al experimentar esta mi mayor revelación, fue como si me inundara el centelleo de un relámpago. Comprendí que, por el mero hecho de ser el amor que en verdad soy, me curaría a mí misma y también a otros. Nunca había comprendido esto anteriormente, y sin embargo, ahora parecía muy obvio. Si todos somos Uno, todos facetas del mismo Todo, que es amor incondicional, entonces es evidente que *¡todos somos amor! Y supe que ése es verdaderamente el único propósito de la vida: ser nosotros mismos, vivir nuestra verdad y ser el amor que somos*.

Como confirmando mi reciente comprensión, fui consciente entonces de mi padre y de Soni comunicándome: «Ahora que ya sabes la verdad de quien eres realmente, ¡regresa y vive tu vida *sin miedo*!».

CAPÍTULO 9

La realización del milagro

Mientras yacía en la cama del hospital, y antes incluso de que nadie informara a mi hermano Anoop de que yo estaba en coma y que sólo me quedaban unas pocas horas de vida, él sintió que algo no iba bien. Anoop vivía en Pune, en la India, y algo le llevó ese día a llamar a una agencia de viajes para reservar un vuelo a Hong Kong. Cuando llamó, pidió un billete para ese mismo día, porque tuvo una sensación de urgencia. El agente de viajes le dijo que los vuelos que salían de Pune a Hong Kong estaban completos, pero que había uno con plazas desde Bombay, así que Anoop compró ese billete y alquiló un coche para conducir las cuatro horas que separaban a Pune de Bombay con el fin de tomar ese vuelo.

Cuando Danny llamó a casa de mi hermano en Pune para contarle mi estado y decirle que viniera lo antes posible, mi cuñada Mona le dijo que Anoop ya estaba en camino. Mona, que es budista, al enterarse de lo grave que era mi situación, congregó urgentemente a un grupo de devotos para entonar cánticos en aras de mi curación.

Mientras tanto, en Hong Kong, mi madre recorría inquieta el pasillo del hospital arriba y abajo, rezando a Shiva por mi vida. Se sentía impotente, porque no sabía qué hacer, así que se fue al templo hindú (el mismo al que mis padres me llevaban cuando era niña), ascendió la amplia escalinata hasta la entrada, cruzó el patio y se introdujo en la sala principal de oración, al fondo de la cual reposaban sobre sus pedestales las grandes estatuas de tamaño natural de las deidades Krishna, Shiva y Ganesha, todas ellas adornadas y pintadas de brillantes colores. Mi madre se cubrió la cabeza, la inclinó en señal de respeto y se sentó frente a ellas. Estar ante la presencia de los dioses y hablar con ellos le aportó algo de consuelo.

Al mismo tiempo, Linda, una íntima amiga de la familia y devota católica, organizó un grupo de oración en su iglesia. Le contó al sacerdote mi situación y congregó a los feligreses para que rezaran por mí.

Y mientras todo eso ocurría, yo seguía comatosa en mi cama con todos esos tubos saliéndome de la nariz, la boca y los brazos. Mi marido se encontraba a mi lado, hablándome en susurros para que supiera que estaba allí. No dejaba de pedirme que volviera:

—Tenemos tantas cosas que hacer juntos, cariño —oía que me susurraba Danny —. Por favor, *por favor*, regresa. No me voy a mover de aquí hasta que vuelvas. Seguiré esperándote aunque tenga que esperar toda la vida.

Había pasado toda la noche en vela observando los diales y medidores del monitor que había sobre mi cama, deseando con todas sus fuerzas que no hubiera llegado mi momento, pero aguardando pacientemente para no perderse mi último

suspiro si llegaba el caso.

«Querido Danny, espero que hayas sabido siempre cuánto te quiero —quise decirle—. No te preocupes por mí. Estoy bien. Ojalá pudiera compartir contigo lo que ahora sé. Este cuerpo cuya mano sujetas no es mi verdadero yo. Siempre estaremos juntos, conectados a través del tiempo y el espacio. Nada podrá separarnos. Aunque muera físicamente, nunca estaremos separados. Todo es perfecto exactamente tal cual es. Ahora lo sé y quiero que tú lo sepas también».

Entonces, a eso de las cuatro de la madrugada, mi cuerpo comenzó a asfixiarse. Boqueaba como si no pudiera conseguir el aire que necesitaba. Danny se asustó y pulsó el timbre de emergencia. Creyó que había llegado mi último momento. Las enfermeras vinieron corriendo y, al ver que me estaba ahogando, llamaron al médico. Entonces giraron mi cuerpo hacia un lado y empezaron a darme golpes en la espalda.

El médico tardó unos veinte minutos en llegar. Cuando me vio, le dijo a Danny que tenía los pulmones llenos de líquido y que me estaba ahogando. Les pidió a las enfermeras que trajeran un kit de drenaje pleural, consistente en una bolsa transparente y un tubo con una larga aguja. Me atravesó la espalda con la aguja hasta alcanzar el interior del pulmón y extrajo un poco de líquido, que se almacenó en la bolsa transparente. Repitió ese proceso tres o cuatro veces hasta que en la bolsa hubo algo así como un litro de líquido, y por fin sacó la aguja. Yo seguía viendo mi cuerpo desde fuera, y me di cuenta de que ahora ya no me costaba tanto respirar.

Mi marido continuó a mi lado toda la mañana y hasta bien entrado el día, observando los datos que salían en el monitor que se alzaba encima de mí y tomándome de la mano.

Por la tarde llegó mi hermano a Hong Kong y llamó a Danny al móvil desde el aeropuerto.

—No vayas a casa a dejar el equipaje —le dijo Danny—. Ven directamente al hospital en un taxi. No sabemos cuánto tiempo le queda.

Así que Anoop vino derecho al hospital con sus maletas.

En torno a las cuatro de la tarde sentí que mis ojos empezaban a parpadear y entonces se abrieron. Tenía la visión muy borrosa. No sabía que la figura que se erguía junto a mí era Danny, pues sólo alcanzaba a distinguir una silueta difuminada. Pero entonces oí su voz:

—¡Ha vuelto! —Sonaba muy feliz. Era la tarde del 3 de febrero, unas treinta horas después de haber entrado en coma.

Después oí la voz de mi hermano y pude percibirme intentando sonreír.

—¡Hola, hermanita! ¡Bienvenida de vuelta! —dijo Anoop con audible alegría.

—¡Lograste llegar! —acerté a exclamar—. Sabía que estarías aquí. Te he visto viniendo en el avión.

Pareció un poco desconcertado, pero no le dio mayor importancia a mi comentario. Simplemente estaba feliz de que hubiera vuelto, al igual que el resto de mi familia. También estaba allí mi madre, sonriendo mientras me sostenía la mano.

Yo me sentía confusa, porque no era consciente de que había estado en coma y no entendía muy bien qué es lo que estaba pasando ni comprendía que ya no estaba en el otro ámbito.

Poco a poco se fue aclarando mi visión y empecé a distinguir a mi familia con más facilidad, e incluso acerté a ver la maleta de Anoop justo detrás de él, junto a la pared. Entonces entró el médico con aspecto a la vez sorprendido y encantado de verme despierta.

—¡Bienvenida! Hemos estado muy preocupados por usted —exclamó.

—Buenas noches. Me alegro de verle otra vez, doctor Chan —repliqué un tanto grogui.

—¿Otra vez? ¿Cómo es que me ha reconocido? —me preguntó el médico con una expresión de evidente asombro.

—Porque le he visto antes —le dije—. ¿No fue usted el que me sacó el líquido de los pulmones esta madrugada, cuando tuve problemas para respirar?

Se le veía visiblemente desconcertado.

—Sí, pero usted estuvo en coma todo el tiempo. ¡Y con los ojos cerrados! —Parecía algo confuso, pero intentó dejar a un lado aquello y prosiguió—. Es una sorpresa muy agradable verla despierta. No era algo que esperásemos, pero de todas formas venía a dar buenas noticias a su familia. Acaban de llegar los resultados de las pruebas del hígado y los riñones, e indican que esos órganos están empezando a funcionar otra vez —anunció muy contento.

—Ya sabía que iban a empezar a funcionar —le dije adormilada y muy confusa.

—No hay modo de que usted pudiera saberlo —me aseguró el doctor Chan con paciencia—. Ha sido algo totalmente inesperado. Ahora descanse —me aconsejó mientras se encaminaba a la puerta para salir de la habitación.

Mi familia estaba encantada y todos parecían más felices de lo que nunca les había visto en mi vida. Le dieron efusivamente las gracias al médico por las buenas noticias antes de que se fuera.

Cuando el doctor Chan salió, le pregunté a mi marido:

—¿Por qué está tan sorprendido de que le haya reconocido? Le he visto tratarme. ¿No es éste el médico que te dijo que mis órganos ya habían dejado de funcionar, que no iba a salir de ésta y que sólo me quedaban unas horas de vida?

—¿Cómo sabes eso? —me preguntó Danny—. No me lo dijo aquí, en la habitación. Tuvimos esa conversación en el pasillo, a más de diez metros de aquí.

—No sé cómo he podido oírlo. Y no entiendo por qué, pero yo ya sabía los resultados de las pruebas de mis órganos antes de que viniera el médico a informarnos —repuse.

Aunque todavía estaba un poco aturdida, empezó a resultarme obvio que definitivamente algo había ocurrido en mi interior mientras estuve en coma.

A lo largo de los días siguientes fui capaz de ir contando poco a poco a mi familia lo que me había pasado en el otro ámbito, y también les detallé muchas de las cosas

que habían sucedido en el hospital mientras estuve en coma. Repetí casi palabra por palabra algunas de las conversaciones que habían mantenido mis familiares, y no sólo a mi lado, sino fuera de la habitación y más allá: en el pasillo y en las salas de espera del hospital. Y para sorpresa de todos, también pude describir muchos de los tratamientos que me habían realizado e identificar a los médicos y enfermeras que me los habían administrado.

Le conté al oncólogo, y también a mi familia, que había tenido problemas para respirar y que había comenzado a ahogarme con mis propios fluidos a mitad de la noche, justo cuando mi marido hizo sonar el timbre de emergencia. Les relaté cómo llegaron las enfermeras y llamaron urgentemente al doctor, que vino corriendo, porque todos pensaban que estaba exhalando mi último aliento. Para gran sorpresa y conmoción de todo el mundo, describí cada detalle de ese incidente, incluyendo la hora a la que pasó. Incluso identifiqué al enfermero que se había puesto tan nervioso al atenderme cuando me ingresaron.

—Ése es el enfermero que dijo que mis venas se habían vuelto invisibles, y que siguió diciendo que mis brazos no tenían carne, que yo era todo huesos y que no podía encontrar una vena para administrarme el tratamiento intravenoso. De hecho, su tono sonaba como si ni siquiera tuviera mucho sentido buscármela.

Mi hermano se disgustó mucho por aquello, y más tarde admitió que posteriormente había reprendido al hombre diciéndole:

—Mi hermana oyó todo lo que usted dijo cuando no podía encontrarle las venas. ¡Incluso notó que no apostaba por su supervivencia!

—¡No tenía ni idea de que pudiera oírme! ¡Estaba en coma!

El enfermero estaba sorprendido y acongojado, y se disculpó todo lo que pudo por su falta de sensibilidad.

Dos días después de salir del coma, los médicos me informaron de que, puesto que mis órganos habían vuelto a funcionar milagrosamente, la inflamación causada por la acumulación de toxinas en mi cuerpo había remitido considerablemente. Yo me encontraba muy positiva y optimista, y pedí a los facultativos que me quitaran la sonda de alimentación, porque ya podía comer sola. Una oncóloga de las que me trataban protestó, afirmando que estaba demasiado desnutrida y que mi cuerpo no absorbía los nutrientes. Pero insistí en que ya estaba preparada para volver a comer con normalidad. Después de todo, mis órganos ya volvían a funcionar de nuevo. La oncóloga aceptó a regañadientes, pero me advirtió que, si no me alimentaba adecuadamente, volverían a ponerme la sonda.

La sonda de alimentación nasogástrica era seguramente el tubo más incómodo de todos los que tenía conectados al cuerpo. La tenía introducida por la nariz y me bajaba por la tráquea hasta el estómago. A través de ella me introducían directamente proteína líquida al sistema digestivo. La presencia de ese tubo hacía que notara la garganta reseca y que me picara el interior de la nariz, haciéndome sentir incómoda a todas horas. Estaba deseando librarme de él.

Cuando me lo quitaron, el doctor le sugirió a mi familia que la mejor comida sólida que podía ingerir en ese momento era helado; eso calmaría las abrasiones de mi garganta y además me resultaría fácil de digerir, a la vez que me ahorraba el esfuerzo añadido de tener que masticar. Se me iluminaron los ojos ante la sugerencia, y Danny se fue para traerme una tarrina de mi marca favorita de helado de chocolate.

Cuando el otro oncólogo vino a hacer la ronda rutinaria, no pudo ocultar su sorpresa.

—En los últimos tres días sus tumores se han reducido de modo muy considerable, a decir verdad —exclamó incrédulo—. Y la inflamación de sus glándulas ha ido remitiendo hasta que ya casi se han quedado en la mitad de lo que eran antes.

Para mi gran regocijo, al día siguiente me quitaron el tubo del oxígeno. Los médicos me hicieron pruebas y se dieron cuenta de que ya respiraba sin ayuda, así que me lo quitaron. Para entonces ya podía incorporarme en la cama, aunque apoyaba la cabeza sobre varias almohadas, porque todavía estaba demasiado débil para sostenerla mucho tiempo. Seguía muy animada. Quería hablar con mi familia y, sobre todo, tenía muchas ganas de hablar con Anoop y que me pusiera al día.

En ese momento empecé a tener ganas de escuchar música y le pedí a Danny que me trajera mi iPod al hospital. No podía ponerme auriculares debido a todos los tubos y los cables que todavía tenía conectados al cuerpo, además de una herida abierta en el cuello, así que Danny conectó un par de pequeños altavoces al reproductor y depositó todo ello en mi mesita de noche para que pudiera escuchar música.

Estaba en un estado de euforia permanente, de modo que sólo tenía ganas de escuchar canciones animadas, a pesar de que mis músculos no tenían todavía la suficiente fuerza como para salir de la cama, y mucho menos para bailar. Pero en mi cabeza no dejaba de brincar alegremente, y la música contribuía a que mantuviera ese optimismo. En ese momento todavía no comprendía del todo por qué estaba tan positiva; sólo tenía la sensación de que *sabía* algo.

Me sentía como una niña pequeña. Quería escuchar música, comer helado y charlar con mi familia. Estaba todo el rato contenta y riéndome. No podía salir de la cama ni desplazarme, pero todo parecía perfecto, como nunca antes había sentido.

En esos momentos todavía seguía en la UCI, pero entonces los médicos decidieron que estaba empezando a molestar a los otros pacientes, que sí estaban «realmente» enfermos. Sus familiares se quejaban de la música, las risas y la cháchara que llegaba desde mi lado de la cortina.

—¡No sé qué hacer con usted! —me dijo el doctor Chan cuando pasó a verme durante la ronda de la mañana—. Ni siquiera sé qué poner en su historial. ¡Su caso es verdaderamente excepcional!

Así que, al llegar el quinto día de mi estancia en el hospital, me trasladaron a una habitación en planta, donde tenía la privacidad suficiente para escuchar música y reírme todo lo que quisiera.

Lentamente, muy lentamente en realidad, empezó a llegarme la compresión de lo que me había ocurrido. A medida que mi mente fue aclarándose y empecé a recordar los detalles de lo que había sucedido, empecé a notar que me emocionaba todo, hasta las cosas más pequeñas. Sentía cierta melancolía por haber dejado atrás la asombrosa belleza y libertad del otro ámbito, pero al mismo tiempo estaba muy feliz y agradecida por haber vuelto y haber retomado la relación con mi familia. Lloraba de pena y de alegría a la vez.

Además, ahora sentía un vínculo con cada persona como jamás había notado antes. No sólo me sentía unida a los miembros de mi familia, sino también a cada enfermera, médico o celador que pasaba por mi habitación. Me sentía desbordada de amor por todas las personas que acudían a cuidarme o a atenderme de un modo u otro. Y no era una forma de cariño que me resultara familiar; me sentía como si estuviera conectada con todos ellos a un nivel muy profundo, y sabía todo lo que sentían y pensaban casi como si compartiéramos la misma mente.

Dado que mi cama estaba junto a la ventana, al poco de ser trasladada a la habitación me preguntó una de las enfermeras si quería sentarme para poder mirar a través de ella. Caí en la cuenta de que llevaba una larga temporada sin ver el mundo exterior, así que me entusiasmé ante la posibilidad de poder volver a hacerlo y le dije que sí con total convicción.

La enfermera me incorporó, y cuando miré por la ventana se me llenaron los ojos de lágrimas y no pude evitar romper a llorar. No me había dado cuenta hasta ese momento de que el hospital estaba a sólo unas manzanas de la casa de mi infancia, en Happy Valley.

Tal como mencioné anteriormente, ése no era el hospital al que había estado acudiendo durante los últimos años para recibir mis tratamientos y realizarme las transfusiones de sangre. El día que entré en coma fue la primera vez que crucé sus puertas. Así que ahora me veía inesperadamente allí, ante prácticamente la misma vista que tuve en mi infancia. Podía ver el hipódromo frente al hospital ¡y la línea del tranvía que cogía con Ah Fong! Mientras miraba los paisajes de mi infancia con los ojos llenos de lágrimas, sentí como si hubiera completado un círculo.

«Oh, Dios mío, no me lo puedo creer —pensé maravillada—. ¡Mira los tranvías, el parque y los edificios de mi niñez! ¡Esto es un mensaje! Se me ha concedido una nueva oportunidad. Puedo empezar otra vez de cero».

A pesar de que la vista me resultaba familiar y el escenario era completamente cotidiano, parecía que el mundo fuera totalmente nuevo. Todo fresco, nuevo y hermoso, como si lo estuviera viendo por primera vez. Los colores eran más brillantes de lo que recordaba, y captaba cada detalle como si lo percibiera de nuevas. Contemplé los edificios circundantes, uno de los cuales era la casa de baja altura en la que crecí. Frente a ella, al otro lado de la calle, se extendía el parque al que acudía cuando era pequeña, y a su alrededor traqueteaban los tranvías, los coches circulaban y los peatones paseaban a sus perros o caminaban apresurados a realizar sus recados.

Lo vi todo con nuevos ojos, como si fuera nuevamente una niña. El paisaje no tenía nada de extraordinario, pero era lo mejor que había visto en mucho tiempo; tal vez en toda mi vida.

CAPÍTULO 10

Prueba de curación

Varios días después de salir de la UCI empecé a hacer rehabilitación para reforzar mis músculos. El primer día que pude caminar por la habitación, la enfermera me ayudó a llegar hasta el baño para que pudiera mirarme en el espejo. Cuando vi el reflejo de mi cuerpo esquelético se me cayó el alma a los pies. Fue la primera vez que me sentí descorazonada desde que salí del coma.

Le pedí a la enfermera que me dejara unos minutos a solas para tener un poco de intimidad. Cuando se fue, seguí mirándome en el espejo. Casi no reconocía a la persona que veía reflejada en el cristal; se diría que ni la conocía. Se me habían caído gruesos mechones de pelo hasta quedarme casi calva, mis ojos parecían demasiado grandes para sus cuencas, me sobresalían los pómulos y tenía un vendaje a un lado del cuello, bajo la oreja derecha, para ocultar una enorme lesión cutánea abierta. Me quedé allí, hipnotizada por mi propia imagen, y empecé a llorar.

No lloraba por vanidad. Mi apariencia física no me importaba en ese momento. Lo que sentía era la misma pena que experimentaría cualquiera al ver a otra persona en esas condiciones, una especie de tristeza mezclada con una profunda empatía. En esa imagen, sobre todo en esos ojos, podía ver los años de dolor que me habían llevado hasta donde estaba ese día, allí, delante del espejo.

«¿Cómo he podido permitirme pasar por toda esta angustia? ¿Cómo he podido causarme tanto dolor?», me lamenté.

Sí, me sentía como si fuera yo la que me había hecho aquello. Acerqué la mano al espejo y, mientras acariciaba la imagen de mi rostro lloroso, me hice la promesa de que nunca más iba a volver a hacerme tanto daño.

Los médicos afrontaban mi curación con cautela, particularmente debido al estado en el que me hallaba cuando entré en el hospital. Querían ajustar la proporción y la dosis de quimioterapia que me estaban administrando, que era el tratamiento que yo tanto había temido tiempo atrás.

Me fijé varias veces en las enfermeras que venían a administrarme la quimio. Se acercaban y colgaban la bolsa con los fármacos en el soporte para la medicación intravenosa. Cada bolsa de la sustancia que estaban introduciendo directamente en mis venas tenía una etiqueta que ponía «TÓXICO» en grandes letras mayúsculas rojas. Las enfermeras llevaban mascarillas y guantes de látex para evitar entrar en contacto accidentalmente con alguno de esos productos químicos peligrosos y, sin embargo, parecía que les resultaba extrañamente aceptable e incluso aconsejable introducir esas sustancias directamente en mi torrente sanguíneo.

Yo sabía que no necesitaba la quimioterapia. Los médicos me la estaban

administrando basándose en sus propias necesidades, no en las mías; porque yo sabía que era invencible. Nada podía destruirme, ni siquiera ese veneno que me inyectaban directamente en las venas, ¡el mismo que tanto había temido durante esos años! Curiosamente, no sufrí ninguno de los usuales efectos secundarios. El equipo médico se mostró muy sorprendido de que ni siquiera tuviera las habituales náuseas asociadas al tratamiento.

Me inundó una sensación de victoria. Había superado tan absolutamente el miedo a todo —desde el miedo a morirme de cáncer hasta el terror a la quimioterapia— que lo que estaba pasando servía para demostrarme que era el *miedo* lo que me había estado destruyendo. Sabía perfectamente que si hubiera estado en esa situación antes de mi experiencia en el otro ámbito, me habría matado de miedo el mero hecho de ver impreso en enormes letras rojas la palabra «TÓXICO» en la bolsa que contenía lo que metían por las venas, y a las enfermeras cubiertas de elementos protectores para evitar cualquier contaminación. Sabía que el efecto psicológico de todo aquello habría acabado conmigo, porque sabía que yo antes era una persona llena de miedo.

En cambio, ahora me sentía invencible. Sabía que la decisión de volver que había tomado en el otro lado podía absolutamente con todo lo que pudiera surgir en el mundo físico.

Los médicos decidieron hacerme una batería de pruebas para obtener una imagen más precisa de mi situación actual y ajustar la dosis de la quimioterapia de acuerdo a los resultados. Aunque renuente, terminé accediendo; principalmente, porque sabía que ellos necesitaban las pruebas más que yo como demostración de que estaba curada, pero también acepté, en parte, porque yo ya sabía cuáles iban a ser los resultados y me producía una gran sensación de victoria comprobar que tenía razón. Sin embargo, los médicos creían que todavía estaba demasiado débil para soportar muchas pruebas a la vez, así que decidieron ir distribuyéndolas a lo largo de dos semanas para darme tiempo a recuperar fuerzas entre una y otra. Pesaba menos de cuarenta kilos y mis niveles nutricionales debían mejorar antes de que se me pudiera practicar alguna prueba que implicara una cirugía, aunque fuera menor, porque cualquier exigencia adicional de curación podía suponer un esfuerzo excesivo para mis escasos recursos.

Mis lesiones cutáneas eran unas escaras enormes y abiertas, así que las enfermeras tenían que limpiármelas y vendármelas todos los días. Como tenía lesiones profundas y muy extendidas, los médicos estimaron que no podrían curarse sin cirugía. Mi cuerpo no tenía la nutrición ni las fuerzas necesarias para recuperarse de heridas importantes, así que vino a verme el cirujano plástico para evaluar mi situación. Ese cirujano confirmó que mis heridas eran demasiado grandes para curarse por sí solas, sobre todo teniendo en cuenta que mi cuerpo carecía de los nutrientes necesarios para poder realizar ese proceso por sí mismo, pero también estimó que estaba demasiado frágil para soportar una cirugía reconstructiva, de modo que pidió a las enfermeras que siguieran manteniendo mis heridas limpias y vendadas

hasta que yo, que seguía sin músculos ni apenas carne sobre los huesos, tuviera las fuerzas necesarias para soportar la intervención.

Unos seis días después de salir de la UCI, empecé a sentirme un poco más fuerte y a caminar por el pasillo del hospital durante períodos cortos sin necesidad de descansar. La primera prueba que los médicos pensaron que podría soportar fue una biopsia de la médula ósea. Es un procedimiento muy doloroso que consiste en introducir una aguja gruesa en la base de la columna para extraer médula del hueso.

Es habitual que en un linfoma avanzado el cáncer se extienda hasta la médula ósea, así que los médicos esperaban encontrar la confirmación de la metástasis en los resultados de mis pruebas. Querían utilizar esos resultados para determinar qué fármacos me iban a administrar y en qué dosis.

Recuerdo el día en que me dieron los resultados. El doctor entró con cara de preocupación en la habitación, acompañado por todo un equipo de personal del hospital.

—Tenemos los resultados de la biopsia de la médula —dijo—. Son un tanto inquietantes.

Por primera vez desde que volví sentí una cierta ansiedad.

—¿Por qué? ¿Cuál es el problema?

Mis familiares estaban en la habitación del hospital conmigo, y todos parecieron preocupados.

—No hemos encontrado cáncer en su biopsia de médula —anunció el médico.

—¿Y eso es malo? ¿Por qué? —preguntó Danny—. ¿No significa eso que el cáncer no se ha extendido hasta la médula?

—No, eso no es posible —prosiguió el oncólogo—. Ella tiene el cáncer en su organismo; no puede haber desaparecido así, en un abrir y cerrar de ojos. Sólo es cuestión de encontrarlo. Y eso es un problema, porque no podré determinar la dosis de tratamiento que debemos darle hasta que lo encontremos.

Así que los médicos mandaron mi muestra de médula a uno de los laboratorios de patología más avanzados del país. Cuatro días después llegaron los resultados, y nuevamente eran negativos: no había rastro de cáncer. Sentí una desbordante sensación de victoria al oír las noticias.

Pero los médicos no quisieron darse por vencidos y propusieron hacerme una biopsia de un nódulo linfático para hallar el cáncer. Al principio, mi recién adquirido sentido de la autoafirmación me hizo querer plantarles cara y decirles: «*No, no me van a hacer más pruebas, porque es mi cuerpo y yo ya sé que no van a encontrar nada*».

Pero como los médicos insistieron, recordándole a mi familia el estado en el que estaba cuando ingresé en el hospital sólo unos días antes, decidí dejarles seguir adelante, a pesar de que sabía con toda certeza que no iban a encontrar lo que buscaban. También me di cuenta de que superar todas las pruebas médicas que quisieran hacerme me iba a proporcionar una y otra vez esa sensación de victoria que

ya había sentido. De hecho, llegué a decirle al médico: «Hagan lo que tengan que hacer, pero quiero que sepan que lo hacen para convencerse ustedes mismos. Yo ya sé cuáles van a ser los resultados».

Me dieron unos días más para reunir fuerzas para la biopsia del nódulo linfático, que constituía una cirugía menor. Justo antes del procedimiento, me mandaron a la unidad de radiología. El radiólogo tenía que emplear una máquina de ultrasonidos para encontrar el nódulo linfático más voluminoso y marcar en la piel el lugar donde el cirujano debía hacer la incisión para realizar la biopsia.

Mientras estaba en la mesa de radiología, me di cuenta de que mis escáneres previos, realizados el día que ingresé en el hospital, estaban fijados a un panel luminoso. En ellos se veía perfectamente dónde estaban todos los tumores. El radiólogo vio en esos escáneres que tenía el cuello lleno de glándulas inflamadas y tumores, así que me hizo un barrido con la máquina de ultrasonidos por la nuca y la base del cráneo. Luego me pasó el instrumento por ambos lados del cuello y finalmente por la parte delantera. Aprecié que había confusión y sorpresa en su rostro.

Observó nuevamente los escáneres que tenía en el panel y volvió adonde estaba yo tumbada en la mesa. Me preguntó si podía hacerme un escáner de las axilas, y yo le respondí afirmativamente, pero después de hacer la prueba en esa zona siguió pareciendo desconcertado. Seguidamente me miró el pecho, la espalda y el abdomen.

—¿Pasa algo? —le pregunté.

—Estoy confundido —me confesó.

—¿Por qué? ¿Qué ocurre? —inquirí, empezando a intuir lo que estaba pasando.

—Discúlpeme un momento —dijo, y se fue a un teléfono que había allí cerca. Oí que llamaba a mi oncólogo.

—No lo comprendo —le oí decir—. Tengo escáneres que muestran que el sistema linfático de la paciente estaba muy afectado por el cáncer hace sólo dos semanas, pero ahora no consigo encontrar ni un solo nódulo en todo su cuerpo que tenga un tamaño que pueda sugerir, aunque fuera remotamente, la presencia de cáncer.

Una amplia sonrisa apareció en mi cara. Cuando volvió adonde estaba yo, me incorporé en la camilla para sentarme y le dije:

—Bueno, supongo que ya puedo irme.

—No tenga tanta prisa —me respondió—. Su oncólogo insiste en que encuentre un nódulo para realizarle la biopsia, porque no es posible que ya no tenga cáncer en su cuerpo. El cáncer no desaparece así como así. Tengo que encontrar un nódulo en una ubicación de fácil acceso, por ejemplo, el cuello.

Me marcó un nódulo linfático en el cuello, aunque no estaba inflamado. Reservaron un quirófano y el cirujano me hizo una pequeña incisión en el lado izquierdo para quitarme el nódulo. Como lo hicieron con anestesia local, fui consciente de todo el proceso. No me gustaron nada las sensaciones que noté en el cuello cuando el médico me extirpó el nódulo. Todavía recuerdo el olor de mi propia

carne quemada al cauterizarme la herida. En ese momento pensé que haber aceptado aquello tal vez no había sido una buena idea después de todo.

Pero, una vez más, los resultados demostraron que no había rastro de cáncer.

A partir de ese momento sí que empecé a protestar por las continuas pruebas y los fármacos, pues en el fondo yo no tenía ni la más mínima duda de que estaba curada. Además, empecé a agobiarme por seguir confinada en el hospital. Quería salir y empezar a explorar el mundo otra vez, sobre todo ahora que ya sabía que iba a estar bien. Pero los médicos se resistían e insistían en que yo necesitaba más pruebas y más medicinas. Me recordaban constantemente el estado en el que ingresé.

—Si no son capaces de encontrar cáncer en mi cuerpo, ¿por qué sigo necesitando esto? —les preguntaba.

—Que no encontremos el cáncer no significa que no esté ahí. No olvide que estaba usted terminal cuando llegó hace unas semanas —me respondían.

Pero finalmente me hicieron una tomografía por emisión de positrones (TEP) de todo el cuerpo, y cuando los resultados demostraron que definitivamente me había librado del cáncer, mi tratamiento terminó.

Además, para asombro del equipo médico, los preparativos que había hecho el cirujano plástico para cerrarme las lesiones de la piel no fueron necesarios, porque mis heridas se curaron por sí solas.

El 9 de marzo de 2006, cinco semanas después de ingresar en el hospital, me dieron el alta. Ya podía caminar sola, aunque todavía necesitaba ayuda para subir y bajar escaleras. Estaba en tal estado de euforia que los médicos escribieron en mi informe de alta en grandes letras mayúsculas: «A pesar del alta, se recomienda reposo en el domicilio, nada de ir de compras ni de FIESTA HASTA DENTRO DE AL MENOS SEIS SEMANAS».

Pero yo no tenía intención de hacerles caso. Justo una semana después, el 16 de marzo, día de mi cumpleaños, me fui a cenar con mi familia a mi restaurante favorito, el Jimmy’s Kitchen, para celebrar mi nueva vida. Y a la semana siguiente, el día 26, fui a la boda de una amiga. Para asombro de todos mis amigos, que sabían por lo que había pasado, bailé y bebí champán porque estaba pletórica. Había aprendido, de una vez por todas y para siempre, que la vida hay que vivirla plenamente, con alegría y abandono.

CAPÍTULO 11

«Señora, se mire como se mire, ¡usted debería estar muerta!»

Varias semanas después de que me dieran oficialmente el alta, yo todavía seguía procesando todo lo que me había pasado, intentando encontrarle el sentido. Estaba empezando a acostumbrarme a que los que me conocían se mostraran visiblemente asombrados cuando me veían por primera vez después de mi salida del hospital.

Aunque nadie me lo decía abiertamente, sabía que la mayoría de ellos habían asumido tiempo atrás que iba a morir pronto. No esperaban volver a verme. Algunos intentaban ocultar su sorpresa al ver cuánto había mejorado en tan poco tiempo, pero a otros no se les daba nada bien enmascarar sus sentimientos.

—¡Oh, Dios mío! ¿Eres tú? —me dijo mi profesora de yoga cuando me vio entrar en su estudio por primera vez después de seis meses, abriendo tanto la boca que parecía que la mandíbula le iba a chocar contra el suelo—. ¡Estás increíble! ¡Había oído que te estabas recuperando, pero no podía imaginarme que estuvieras tan bien!

Amirah había sido mi profesora de yoga intermitentemente durante varios años. Era una persona maravillosa, con un estudio precioso con vistas a la parte victoriana del distrito central de negocios de Hong Kong. Supo desde un principio que yo estaba enferma, y cuando me fui debilitando y ya no pude con algunas posturas, ella me suavizaba las rutinas o simplemente me hacía tumbarme en la postura de *shavasana* (que consiste en tumbarse en total relajación, como si estuvieras dormido). Llegó el momento en que ya no pude hacer ninguna otra postura aparte de *shavasana*, pero seguía yendo al estudio de Amirah, porque me gustaba empaparme de la energía positiva de la clase.

Finalmente ya no pude salir y quedé encadenada a una silla de ruedas, conectada a una bombona de oxígeno y atendida en casa por una enfermera todo el día, así que tuve que dejar mis clases.

Pero en cuanto estuve lo bastante recuperada para salir de casa sola, quise aparecer durante una clase y sorprenderla. ¡Y sí que la sorprendí! Amirah me presentó a la gente de la clase, porque no todos me conocían. Pero los que me recordaban se quedaron tan sorprendidos como ella. Los ojos de una mujer se llenaron de lágrimas al recordar lo enferma que estuve los últimos días que fui a clase. Ella también había creído que no me iba a volver a ver, pero allí estaba yo… Sólo fue capaz de decir que era un milagro.

Todo el mundo tenía curiosidad por saber qué me había pasado. ¿Cómo podía haber mejorado tan rápido? Pero me costaba mucho explicarlo y empecé a darme cuenta de que ni yo misma lo entendía del todo. No lograba encontrar la forma de

describir la experiencia por la que había pasado para que los demás pudieran entenderla. Parecía que no hubiera palabras para describirla.

Entonces, un día recibí un correo electrónico de Anoop con un enlace a una página web sobre experiencias cercanas a la muerte (o ECM). Había estado investigando para descubrir si a alguna otra persona le había ocurrido algo similar a lo que me había pasado a mí, y encontró la web de la Fundación para la Investigación de las Experiencias Cercanas a la Muerte (NDERF, según sus siglas en inglés: www.nderf.org). En su mensaje me decía que lo que yo contaba que había experimentado guardaba ciertas similitudes con las experiencias que algunas personas compartían en esa web, y por eso quería que echara un vistazo a esos testimonios.

En aquel momento no sabía mucho sobre experiencias cercanas a la muerte. Tiempo atrás había oído hablar de ellas y había visto algún documental en la televisión, pero en aquel entonces no conocía a nadie que hubiera pasado por una ¡y menos aún podía imaginarme que yo fuera a tener esa experiencia!

Cuando empecé a leer la información de la web que mi hermano me había mandado, noté que se me ponía la piel de gallina, pues encontré historias que tenían algunas similitudes con la mía. Ninguna de ellas incluía el elemento de enfermedad que yo había tenido, pero algunas personas habían experimentado el otro ámbito de una forma muy similar. Varias hablaban de expansión, de claridad y de sensación de unidad, de que todo está conectado. Expresaban que habían sentido que no había enjuiciamiento ni crítica alguna, sino sólo un desbordante amor incondicional. Contaban que se habían encontrado con seres queridos fallecidos y también con otros seres, todos los cuales se preocupaban por ellos y les cuidaban, y habían experimentado una comprensión y conocimiento universales. No pude evitar percatarme de que había habido otras personas que habían experimentado ese sentimiento de aceptación y unidad, y que se habían dado cuenta de que todos somos amados universalmente. Muchos compartían que después de su ECM habían adquirido un sentido de propósito en la vida, ¡y eso era exactamente lo que yo sentía!

Después de leer unos cuantos testimonios, me di cuenta de que en la página web había un anuncio que ponía: «¿Has tenido una experiencia cercana a la muerte que quieras compartir? Haz clic aquí», y eso es lo que hice sin pensármelo dos veces. El enlace me llevó a una página donde apareció un largo formulario muy detallado, y me lancé a rellenarlo. No había puesto mi experiencia por escrito hasta ese momento, sólo había intentado hablar de ella con amigos íntimos y familiares, así que era la primera vez que me ponía a analizarla con tanto detalle.

Como nunca me había puesto a explicar por escrito todo aquello para alguien que no conociera mi situación, quise asegurarme de que expresaba con claridad lo que quería compartir. Además, las preguntas del cuestionario me hicieron detenerme a pensar en partes de mi experiencia como nunca antes lo había hecho. Describí todos los detalles referentes a mi cáncer, todo lo que experimenté cuando crucé al otro lado y cuando volví, y finalmente hablé de la desaparición fulminante de mi enfermedad.

Después de completar todos los campos del formulario y añadir la información extra en los campos que se proporcionaban para ello, pulsé «enviar». Apareció un mensaje que decía: «Gracias por enviarnos su testimonio. Nos pondremos en contacto con usted en algún momento de las próximas tres semanas para informarle de si su experiencia va a ser publicada en nuestra web».

Para cuando acabé de escribir ya estaba muy avanzada la noche, así que me fui a la cama pensando en que iba a transcurrir una temporada antes de que obtuviera alguna respuesta. Pero para mi agradable sorpresa, cuando me levanté a la mañana siguiente había en mi bandeja de entrada un mensaje de un tal doctor Jeffrey Long.

El doctor Long me explicó que era oncólogo, además de creador de la web de la NDERF a donde yo había mandado mi testimonio. Me decía que mi experiencia le había parecido una de las más excepcionales que había leído nunca. Quería hacerme unas cuantas preguntas, en concreto respecto a mi enfermedad, porque estaba extremadamente intrigado por mi rápida curación. Me comentaba que había descrito muy bien mi experiencia y que quería saber más detalles sobre mi cáncer, como por ejemplo, cuándo me lo habían diagnosticado, la duración de mi enfermedad y cuánto tiempo había tardado el cáncer en curarse después de la ECM.

Respondí a sus preguntas lo mejor que pude, y él me contestó de nuevo casi inmediatamente. Había un entusiasmo genuino en su respuesta. Me dijo que le habían encantado mis explicaciones y me pidió permiso para colgar mi experiencia en la web; me dijo que resultaría inspiradora para miles de personas en todo el mundo. Después colgó mi relato en un vínculo directo desde la página de inicio de la web de la NDERF, incluyendo todas las respuestas que yo había dado a sus preguntas. Hoy día ese material sigue en los archivos de ese sitio web en su formato original.

Posteriormente me enteré de que el doctor Long había impreso lo que le mandé en cuanto lo recibió, porque le pareció excepcional y quería leerlo y releerlo, algo que no había hecho con ninguna otra de las historias que le habían enviado.

Al mismo tiempo, mi amigo Peter Lloyd, que dirige una publicación que se llama *Holistic Hong Kong*, se quedó tan impactado por lo que me había ocurrido que quiso escribir mi historia. Le envié una copia exacta de lo que había enviado al sitio web de la NDERF y él incluyó un artículo en el siguiente número de su revista.

Varias semanas después, durante el verano de 2006, contactó conmigo otro oncólogo de los Estados Unidos. Se llamaba Peter Ko y me dijo que tenía un interés personal en el estudio de las remisiones espontáneas. En un periodo de tres semanas dos personas distintas le habían enviado sendos enlaces que llevaban hasta el relato de mi experiencia colgado en la web de la NDERF y el artículo de la revista *Holistic Hong Kong*. Cuando recibió el enlace de la NDERF, el doctor Ko no llegó a leer mi relato, porque era bastante largo y él recibe demasiados correos de gente que le sugiere material para leer. Pero cuando recibió el segundo correo, esta vez con el enlace a la revista y una nota pidiéndole que leyera el artículo y diciéndole que seguro que le iba a interesar, decidió ver de qué iba todo aquello.

Después de leer mi historia, se quedó tan intrigado que contactó con Peter Lloyd y le preguntó si había alguna forma de ponerse en contacto conmigo, porque en la web no aparecía mi nombre completo (la historia estaba identificada como «La ECM de Anita M.»). Peter pasó mi correo electrónico al doctor Ko, que inmediatamente me escribió pidiéndome un número de teléfono para llamarme, porque tenía muchas preguntas.

Hablamos por teléfono durante varias horas y le di todos los detalles de mi experiencia y de mi enfermedad. Después le envié por fax algunas páginas relevantes de mi historial médico, incluyendo el informe médico datado el 2 de febrero, día en que ingresé en el hospital, que describía mi enfermedad y el pronóstico, con el diagnóstico: «linfoma, fase 4B».

Después de leer esas páginas, sus primeras palabras fueron: «Señora, se mire como se mire, la conclusión que saco es que usted debería estar muerta».

El doctor Ko estaba tan intrigado con mi caso que organizó un viaje a Hong Kong para visitar el hospital en el que estuve ingresada, con el fin de estudiar mis informes médicos.

Fue a mediados de octubre cuando me encontré con él en el hospital donde tuve la experiencia cercana a la muerte. Primero nos sentamos en el vestíbulo y charlamos un rato para conocernos, y a continuación el doctor Ko me hizo preguntas sobre mi experiencia y mi enfermedad, queriendo que le transmitiera cuanto pudiera desde mi perspectiva. Después acudimos a la administración del hospital para pedir mi historial, y allí sacaron un enorme archivo de unos ocho centímetros de grosor que depositaron sobre el mostrador, frente a nosotros. Nos lo llevamos a la cafetería y el doctor Ko empezó a revisar todos los detalles página por página, apartando a un lado los documentos que quería copiar.

Yo estaba muy emocionada y me sentía privilegiada por el hecho de que dos oncólogos, primero el doctor Long y después el doctor Ko, estuvieran tan interesados en mi experiencia. Eso validaba mi sensación de que había vuelto para cumplir con un propósito mayor, que tenía que ver con ayudar a otras personas. Estaba agradecida y encantada de que el hecho de haber pasado por todo aquello pudiera quizá servirle a alguien más.

El doctor Ko me preguntó si estaría dispuesta a hablar en público sobre lo que me había pasado. Admitió que, aunque él era escéptico por naturaleza, estaba impresionado por lo que había leído en mis informes médicos y quería dar buen uso a su investigación sobre mi caso inmediatamente. Tenía previsto organizar una conferencia mientras estaba en Hong Kong, con el fin de compartir sus descubrimientos más recientes con la comunidad médica, y quería que yo hablara también en ella. Me dijo que había comentado mi caso con varias personas de la comunidad médica local, dándoles algunos detalles acerca de mi historia y de mi reticencia a aceptar el tratamiento convencional. Al doctor Ko le parecía que era importante para la comunidad médica oír la historia desde mi perspectiva. Me dijo

que nunca se había encontrado con un caso de remisión total desde un estado tan avanzado de cáncer, y mucho menos a un ritmo tan rápido. Creía que la gente necesitaba saber de la existencia de mi caso. Yo me sentí entusiasmada de que me pidiera tal cosa y anhelaba poder compartir lo que me había pasado, así que accedí a hablar en su conferencia.

También puse en contacto al doctor Ko con el médico de cabecera de mi familia, el doctor Brian Walker, que le confirmó que él también estaba atónito por mi recuperación. El doctor Walker estuvo de acuerdo en que no había visto nunca una remisión tan rápida desde un estado tan avanzado de cáncer. El doctor Ko estuvo un buen rato compartiendo con el doctor Walker sus observaciones acerca de la progresión de mi cáncer a lo largo de los años, y el doctor Walker validó y ratificó los hallazgos del médico americano. El doctor Ko llamó a la prensa y se aseguró de que hubiera un reportero en la conferencia para que el periódico local pudiera informar de mi historia.

Incluyo más abajo un extracto del resumen que el doctor Ko escribió después de investigar todo mi historial médico. El oncólogo envió este informe (que reproduzco con su permiso) por correo electrónico a la prensa y a los médicos que asistirían a la conferencia. En él se resumen los detalles de mi historia desde la perspectiva oncológica, detalles que confirman mi experiencia personal.

> Espero que encuentren ustedes la historia de Anita Moorjani tan fascinante como yo […]. Conocerla está siendo una experiencia muy reveladora para mí. Cuando vine a Hong Kong el mes pasado, mi intención era estudiar su historial clínico para confirmar o rechazar lo que ella contaba. Tras haber consultado todos los detalles objetivos, cada vez me encuentro más intrigado por su fantástica experiencia […], y especialmente por el mensaje que ha traído tras su regreso. Aunque los detalles clínicos pueden ser un poco tediosos para el lector convencional, quiero proporcionar algunos como referencia para que se pueda apreciar realmente la gravedad de su enfermedad y lo espectacular de su recuperación. Espero que esto, unido a un par de observaciones personales, apoye con solidez la historia de Anita.
>
> Recuento cronológico de la enfermedad de Anita […]. En la primavera de 2002 se notó un bulto duro encima de la clavícula izquierda. Eso fue, obviamente, un signo de alarma para su médico. Se le practicó la biopsia en abril de ese año y se determinó que se trataba de un linfoma de Hodgkin en fase 2A (de leve a medio/asintomático). Anita no quiso someterse a la terapia convencional e intentó una amplia variedad de terapias alternativas. Su enfermedad fue progresando lentamente durante los siguientes dos años y medio. En 2005 empezó a afectar a su bienestar. El cáncer se fue extendiendo a más nódulos linfáticos y éstos aumentaron de tamaño. También empezó a desarrollar lo que solemos denominar «síntomas B» […]: sudores nocturnos, fiebre, picor en la piel, etc. Todo ello

indicaba la progresión de la enfermedad. También sufrió un derrame pleural (acumulación de fluido) en ambos lados del tórax, y a lo largo de 2005 tuvieron que extraerle líquido de los pulmones varias veces, porque esos fluidos le impedían respirar con normalidad. En la Navidad de 2005 su curso se aceleró y ella comenzó a adentrarse en una espiral descendente […]. La enfermedad, presente en el cuello y la pared del tórax, estaba infiltrando la piel, lo que resultó en grandes úlceras infectadas que no llegaban a sanar por sí solas. Empezó a no poder comer ni absorber nutrientes, perdió peso, tenía una fatiga pronunciada, perdió masa muscular […] y sus funciones renales empezaron a fallar.

La mañana del 2 de febrero ya no pudo salir de la cama. Tenía toda la cara, el cuello y el brazo izquierdo hinchados como un globo, y los ojos cerrados, con los párpados hinchados […]. Todo ello indicaba que también el drenaje de la sangre de la cabeza y el cuello estaba fallando, por culpa de unos nódulos linfáticos demasiado inflamados y enquistados. A pesar de estar utilizando una bombona de oxígeno, no podía respirar a causa de un derrame pleural masivo bilateral. Su marido y su madre llamaron al médico de cabecera, que les derivó inmediatamente al hospital. Allí llamaron a una oncóloga que se quedó sobrecogida por el estado de Anita. Otro oncólogo se unió al equipo para contribuir a la hora de tomar las difíciles decisiones que implicaba su caso. También se consultó con otros especialistas para abordar otros fallos sistémicos. Todos estuvieron de acuerdo en que no sobreviviría sin tratamiento. Aunque la quimioterapia podía resultar altamente tóxica en su estado de fallo multiorgánico, ese tratamiento era su única oportunidad. Durante esa noche le hicieron varias pruebas con IRM y escáneres de TC, le sacaron dos litros de líquido del tórax, empezó a tomar tres de los siete fármacos de la quimioterapia y se la ingresó en la UCI. En ese momento Anita tuvo lo que ella describe como «una experiencia cercana a la muerte». [El tratamiento de quimioterapia necesita de ocho ciclos de siete fármacos, y cada ciclo dura unas tres semanas].

La espectacular recuperación de Anita después de la ECM […]. La tarde del 3 de febrero Anita se despertó, se sentó y le dijo a su familia que se iba a recuperar. Habló con el oncólogo, que se quedó asombrado de que Anita hubiera podido reconocerle.

El 4 de febrero Anita pidió que le quitaran la intubación nasogástrica y le prometió a los médicos que se comería todo lo que le trajeran para ir ganando peso. Después pidió que le trajeran de su casa el iPod.

El 5 de febrero saludó a los médicos preguntándoles si querían «unirse a la fiesta». La sacaron de la UCI el 6 de febrero.

Para entonces la mayor parte de la inflamación del cuello y la cara había desaparecido. Sus nódulos inflamados y endurecidos empezaron a ablandarse y pudo girar la cabeza por primera vez. Completó el primer ciclo de quimioterapia para mediados de febrero. Se le pidió a un cirujano plástico que: a) le hiciera una

biopsia de un nódulo linfático del cuello y b) le hiciera unos injertos de piel para cerrar las grandes heridas del cuello y de la axila. Al examinarla, no pudo encontrar ningún nódulo linfático agrandado y pidió un examen de ultrasonidos antes de la biopsia. Haría el injerto de piel a la vez que la biopsia.

Se le hicieron a la paciente tres pruebas de ultrasonidos que no lograron encontrar ningún nódulo claramente patológico. El 27 de febrero consiguieron analizar un nódulo del cuello […] y no encontraron evidencia alguna de cáncer. Las úlceras de la piel también sanaron por sí solas, sin necesidad de injertos.

Los oncólogos por fin accedieron a darle el alta el 9 de marzo, después de su segundo ciclo. Ella celebró su cumpleaños el 16 de marzo en Jimmy's Kitchen y fue a una boda, donde bailó y bebió champán, el 26 de marzo […]. Después empezó su tercer ciclo. Y todo quedó finalizado tras un escáner TCTEP después de seis ciclos (el 24 de julio) […]. Le dieron el alta total y no le administraron los dos últimos ciclos.

Su recuperación es, cuando menos, *sorprendente*. Según mi propia experiencia y la opinión de varios colegas, diría que no podemos atribuir esa recuperación a la quimioterapia. Basándome en lo que se sabe del comportamiento de las células cancerosas, creo que algo (¿alguna *información* de naturaleza no física?) evitó que se manifestaran los genes mutados o los dejó marcados para provocar una posterior muerte programada de las células cancerosas. No conocemos el mecanismo exacto, pero no es probable que sea resultado de la acción de fármacos citotóxicos.

Creo que el hecho de conocer la experiencia de Anita va a favorecer que aprenda más acerca de este fenómeno y acerca de nuestra verdadera naturaleza como seres humanos.

A la conferencia asistieron diferentes miembros de la profesión médica, sobre todo profesores del departamento de oncología del hospital universitario local. Además había muchas personas que habían sido invitadas tanto por mí como por el doctor Ko o alguno de los profesores. Después, al doctor Ko, al doctor Walker y a mí nos invitaron a una entrevista en la radio para hablar de mi caso. (El artículo del periódico y la entrevista en la radio están ahora mismo colgados en mi web: www.anitamoorjani.com).

Como resultado directo de la conferencia y de haber conocido a miembros de la Facultad de Medicina de la Universidad de Hong Kong, me invitaron a ser asesora de su departamento de estudios de la conducta, hablando y aconsejando a los profesores sobre la psicología para afrontar el cáncer y la muerte. Me pidieron que hablara sobre este tema de modo regular tanto al claustro como a los alumnos, y yo me sentí honrada de tener la oportunidad de hacerlo.

El doctor Ko recopiló un informe de los descubrimientos médicos que había

efectuado a partir de mi historial y se lo envió a institutos de cáncer de todo el mundo, junto con una batería de preguntas. A día de hoy, ninguno de ellos ha conseguido responder a sus preguntas ni ha podido registrar ningún caso de recuperación tan repentina como la mía.

He aquí algunos de los fenómenos inexplicables que el doctor Ko compartió conmigo y que todavía hoy siguen siendo un misterio:

•Mis informes médicos muestran que mis órganos ya habían dejado de funcionar cuando ingresé en el hospital, y sin embargo algo provocó que volvieran a funcionar nuevamente. Al doctor Ko le intriga cuál pudo ser la causa de que se recobraran. También resalta que hay una observación escrita por el oncólogo diciendo: «Ya se ha informado a la familia», que el doctor Ko interpreta como que el doctor anotó que a mi familia la habían informado de que me estaba muriendo.

•Mis informes confirman que tenía tumores del tamaño de limones por todo el cuerpo desde la base del cráneo, bajando por el cuello, las axilas y el pecho, y llegando hasta el abdomen. Pero algunos días después se había producido una reducción en su tamaño del 70 por 100. El doctor se pregunta cómo fue posible que miles de millones de células cancerosas pudieran abandonar mi cuerpo tan rápidamente, a pesar de que mis órganos estaban fallando.

•Tenía lesiones cutáneas abiertas y en mi historial se dice que necesitaban cirugía reconstructiva, ya que mi cuerpo carecía de los nutrientes necesarios para curarlas, debido a que yo estaba totalmente desnutrida y con los músculos consumidos cuando ingresé en el hospital. Las notas de los médicos indicaban que se establecería una fecha para la cirugía reconstructiva cuando me hubiera recuperado un poco. Pero las heridas sanaron completamente por sí solas mucho antes de que el equipo médico estuviera preparado para intervenir.

Y todo esto lleva a la cuestión principal que el doctor Ko y otros médicos quieren entender sobre mi remisión espontánea: ¿qué fue lo que activó el interruptor haciendo que mi cuerpo diera un giro radical y pasara de morirse a curarse?

En lo que a mí respecta, yo sé la respuesta…, aunque no es algo que se pueda encontrar en la medicina.

CAPÍTULO 12

Contemplando la vida con ojos nuevos

Durante los primeros meses después de salir del hospital, me sentí eufórica, permanentemente en un estado sublime. Todo el mundo y todas las cosas me parecían bellas y había magia y maravilla incluso en los objetos y eventos más cotidianos. Ése era el caso, por ejemplo, de los muebles de mi salita de estar: llevaban con nosotros muchos años y nunca me habían parecido nada especial, pero cuando volví a casa empecé a apreciar una belleza en el trabajo de la madera que no había advertido antes, y pude sentir el esfuerzo que se había invertido en su construcción. Del mismo modo, me maravillé al arrancar mi automóvil, que era algo que no había podido hacer en los últimos ocho meses del cáncer. Me asombraba mi capacidad para coordinar manos, ojos y piernas para conducir por las calles. Estaba fascinada con el cuerpo humano y con la vida misma.

Al cabo de unos cuantos meses, empecé a sentir que necesitaba volver a hacer algo con mi vida, pero me abrumaba detenerme a pensar qué es lo que quería hacer. No sabía por dónde empezar a recoger las piezas. El mundo no era el mismo lugar que había dejado atrás. Me había pasado cuatro años luchando con una enfermedad y en ese tiempo toda mi atención estuvo centrada en mi salud. Dediqué todos esos años a leer, estudiar y aprender todo lo que pude sobre el cáncer. Mi vida había girado alrededor de mi enfermedad y del intento de curarme. De alguna forma había empezado a identificarme más como una enferma de cáncer que como una persona viva en este mundo. Y ahora todo eso ya no estaba; me había curado. ¿Qué iba a hacer con el resto de mi vida?

A pesar de que antes de mi diagnóstico yo era una persona implacablemente independiente, durante el tiempo que estuve enferma dependí por completo de Danny y del resto de mis familiares. Sin embargo, cuando me puse bien y pude valerme por mí misma, todo el mundo recobró sus antiguas tareas: Danny retomó su trabajo y mi madre y mi hermano regresaron a su casa, así que yo me quedé preguntándome qué quería hacer con mi vida.

No me imaginaba retomando mi trabajo en la empresa de mudanzas y traslados. Había dejado mi puesto poco después del diagnóstico, e incluso entrevisté a una persona para reemplazarme. Había estado los últimos cuatro años sin trabajar porque quería centrarme en mi lucha contra el cáncer, y el hecho de pensar ahora en volver a trabajar me producía una sensación diferente, y me di cuenta de que eso se debía a que ahora era yo *diferente*.

Era como si no pudiera relacionarme con nadie de los que me rodeaban; o mejor dicho, como si los demás no pudieran relacionarse conmigo. Si pensaba en volver a

trabajar, no se me ocurría qué quería hacer. No me sentía cómoda con nada. Como si no encajara con la gente de este planeta y sus valores. Mis prioridades habían cambiado, y me di cuenta de que ya no tenía interés en trabajar en una oficina, en dar cuentas a nadie o en ganar dinero simplemente por el hecho de ganarlo. Ya no me atraía desarrollar contactos, salir por ahí con amigos después de la jornada para desconectar, soportar las horas punta de la mañana o de la noche ni tener que desplazarme todos los días para acudir al trabajo en la ciudad. Por primera vez desde mi ECM me sentí extraviada… y sola.

Cada vez me resultaba más difícil mantener conversaciones con los demás sobre los asuntos cotidianos. Parecía como si mi capacidad de atención se hubiera reducido y notaba que mi mente se iba por la tangente, incluso mientras hablaba con mis amigos. Perdí totalmente el interés por lo que ocurría en el mundo en el ámbito político y por las noticias, incluso por estar al tanto de lo que hacían mis amigos. En cambio, me quedaba cautivada contemplando la puesta de sol tras el horizonte, sentada en la playa y disfrutando de un helado de cucurucho, como si estuviera experimentando la belleza de este mundo por primera vez. El fulgor naranja del atardecer reflejándose en el agua mientras sentía la arena húmeda bajo mis pies y entre los dedos me llenaba de asombro, como jamás lo había hecho antes. El seductor sabor del cremoso helado de chocolate belga en mis papilas gustativas me hacía sentir como si fuera la primera vez que tomaba helado.

Veía divinidad en todas las cosas, en cada animal, en cada insecto. Desarrollé un interés mucho mayor del que tenía anteriormente por el mundo natural. No podía matar ni un mosquito que zumbara a mi alrededor, porque él era también una criatura viviente y merecía respeto simplemente por eso. Ese insecto tenía un propósito. No sabía cuál podría ser, pero sabía que tenía un propósito, igual que lo tenía yo.

Cada mañana me despertaba queriendo explorar el mundo que nacía de nuevo. Cada día era una nueva aventura. Quería caminar, conducir, visitar lugares o sentarme en las colinas o en la arena y simplemente empaparme de vida. También me admiraba profundamente el entorno urbano, y volví a conectar con él como si todo fuera nuevo. Me pasaba el tiempo explorando zocos y mercadillos, disfrutando de las vistas urbanas y del perfil que delineaban los rascacielos, iluminados por neones, contra el horizonte; admirando nuestro eficiente sistema de transporte público y los increíbles puentes colgantes que se extendían sobre el agua conectando las diferentes islas que componen Hong Kong; y me maravillaba con todo ello.

Cada día era tan delicioso que me sentía como si acabara de nacer. Era como si acabara de entrar en el mundo ya en mi forma adulta, como si hubiera nacido el 3 de febrero de 2006.

Al mismo tiempo, me descubría incapaz de reconectar con muchos de mis viejos amigos, y ello a pesar de que lo intentaba a base de quedar con ellos para comer o tomar café. Todo el mundo anhelaba encontrarse conmigo para reconectar y ponernos al día, pero la mayoría no comprendía lo honda y profundamente que me había

cambiado mi experiencia. Descubrí que las relaciones sociales me producían impaciencia e inquietud. No podía quedarme sentada tranquilamente durante largos períodos de tiempo ni mantener conversaciones sobre cotidianidades y asuntos mundanos.

Sentí que la gente había perdido la capacidad de ver la magia de la vida. Nadie compartía mi asombro y entusiasmo por lo que nos rodeaba, ni siquiera por la maravilla de estar vivos. Todos parecían atrapados por la rutina, y sus mentes se centraban tan sólo en la siguiente cosa que tenían que hacer. Eso mismo era lo que me pasaba a mí antes de mi ECM. Todo el mundo estaba tan atrapado en el hacer que todos se habían olvidado de algo tan sencillo como es simplemente ser y estar presentes en cada momento.

Pero sobre todo, sentía que me encontraba justo al borde de algo maravilloso que estaba a punto de desplegarse ante mí. Sentía que había un propósito mayor detrás de todo lo que me había pasado. Sin embargo, incluso con ese entusiasmo interior, con esa sensación de que estaba a punto de vivir una gran aventura, no sentía la necesidad de tener que *hacer o perseguir algo para lograr que eso ocurriera. ¡Sólo tenía que ser yo misma, sin miedo!* De ese modo, me estaría permitiendo a mí misma ser un instrumento del amor. Comprendía que eso era lo mejor que cualquiera de nosotros podía hacer o ser, tanto para bien del planeta como de nosotros mismos.

Desde que me di cuenta de esto, los problemas dejaron de parecerme tan importantes. Sentí que la gente se tomaba la vida y los problemas demasiado en serio, igual que solía hacer yo hasta entonces. En el pasado me veía arrastrada por los problemas de otras personas y por los míos propios, pero después de la ECM me sentía bendecida por el mero hecho de estar viva y por tener una segunda oportunidad para expresarme en este mundo. Ya no quería malgastar ni un minuto de esta gran aventura. *¡Quería ser tan yo como fuera posible y saborear cada delicioso minuto del hecho de estar viva!*

Realmente, no quería quedarme embarrancada en los problemillas mundanos y pasarme el tiempo preocupada por el futuro, el dinero, el trabajo o los asuntos domésticos. Todas esas cosas me parecían minúsculas, especialmente porque confiaba en el proceso que sentía que se estaba desplegando ante mí.

Me parecía que lo importante era disfrutar y reír. Sentía una ligereza que era totalmente nueva para mí y me reía con facilidad, a la vez que disfrutaba de la compañía de quienes estaban en esa misma onda.

Siempre que surgían conversaciones acerca de la enfermedad, la política o la muerte, mi visión era tan radicalmente diferente, gracias a mi experiencia, que simplemente era incapaz de involucrarme en esos temas. Empecé a darme cuenta de que mi capacidad para juzgar y discernir había quedado «trastocada». Ya no podía hacer distinciones definitivas entre lo que era bueno y lo que era malo, lo que estaba bien y lo que estaba mal, porque yo no fui juzgada por nada ni nadie durante mi ECM. Allí sólo había compasión y el amor era incondicional, y yo seguía sintiendo

de esa misma manera en lo referente a mí misma y a todos los que me rodeaban.

Así que me encontré sintiendo compasión tanto por todos los criminales y terroristas del mundo como por sus víctimas. Comprendí de una forma totalmente nueva para mí que, para que las personas cometieran actos como ésos, debían estar realmente llenas de confusión, frustración y dolor, y sentir odio hacia sí mismas. ¡Un individuo feliz y autorrealizado no haría *nunca algo así*! Las personas que se quieren a sí mismas comparten con los demás su amor incondicional y es un gusto estar con ellas. Para ser capaz de llevar a cabo tales crímenes, la persona tiene que estar emocionalmente muy enferma; de hecho, eso es tanto una enfermedad como lo es tener cáncer.

Sin embargo, me di cuenta de que a los que tienen ese tipo particular de «cáncer mental» nuestra sociedad los trata con desprecio y tienen muy pocas posibilidades de recibir alguna ayuda práctica para su enfermedad, lo cual refuerza su condición. Al tratarlos del modo en que lo hacemos, permitimos que crezca el «cáncer» en nuestra sociedad. Pude entonces ver que la sociedad que hemos creado no promueve ni la curación física ni la mental.

Todo esto significaba que yo ya no podía ver el mundo en términos de «nosotros» y «ellos», es decir, de «víctimas» y «criminales»; porque no hay «ellos», todos somos «nosotros». Todos somos Uno y producto de nuestra propia creación, de nuestros pensamientos, acciones y creencias. Incluso los criminales son víctimas de su odio hacia sí mismos y de su dolor.

Tampoco veía ya la muerte como la veían los demás, así que me resultaba muy difícil lamentar la pérdida de alguien. Desde luego, me sentía triste si alguien cercano a mí moría, porque le echaba de menos; pero ya no me apenaba por el difunto, pues sabía que había trascendido al otro ámbito ¡y sabía que allí era feliz! Es imposible estar triste allí. Al mismo tiempo, también sabía que incluso su muerte era perfecta y que todo se estaba desarrollando tal como tenía que hacerlo dentro del gran tapiz que lo incluye todo.

Debido a que mi visión de las cosas había cambiado radicalmente, empecé a ser muy cauta a la hora de expresar mis opiniones, pues no quería que nadie me malinterpretara. Sabía que a los demás les resultaba difícil entender conceptos tales como que no hay ningún juicio después de la muerte, ni siquiera para el peor de los terroristas. Cuando estuve allí sólo percibí compasión por todos, incluso por los criminales, así como una comprensión total y una gran claridad acerca de por qué habían actuado como lo habían hecho. A nivel más práctico y mundano, también supe que no iba a haber ningún juicio esperándome a mí en la otra vida en caso de que optara por no seguir ningún dogma religioso o cultural que no me pareciera adecuado para mí.

Así que poco a poco descubrí que la mayor parte del tiempo me aislaba buscando únicamente mi propia compañía, excepto con Danny. Me sentía segura con él. Sabía que él no me juzgaba. Mi marido había estado conmigo durante todo el viaje y era

uno de los pocos que me entendía. Me escuchaba pacientemente mientras le explicaba mis sentimientos y pensamientos, y me ayudaba a aclarar todas mis nuevas emociones.

Sentía constantemente la necesidad de hablar de mi experiencia, de intentar encontrar un sentido a lo que me había pasado, de desentrañar su significado, de modo que Danny me animó a escribir para verter y expresar todos esos sentimientos. Empecé a escribir y seguí haciéndolo continuamente desde entonces. También comencé a participar en foros y blogs, y eso me resultó muy terapéutico mientras seguía abriéndome camino en este nuevo mundo.

CAPÍTULO 13

Hallando mi camino

Ahora tenía una visión de la vida que muy pocas personas, por no decir nadie, de mi círculo social compartía o con la que se sintieran relacionados. Ya no tenía miedo de nada, ya fuera la enfermedad, el envejecimiento, la muerte, la falta de dinero o cualquier otra cosa. Cuando la muerte no conlleva ningún horror, ya no queda mucho que temer. Porque la muerte se considera siempre el peor escenario, y si eso no te inmuta, ¿qué puede ya afectarte?

Por otra parte, encontraba desafiante reintegrarme en la vida cotidiana, debido a que este mundo ya no me parecía del todo real. El otro ámbito parecía más genuino. Y tal como ya he descrito, me hallaba forcejeando con la seriedad con la que todo el mundo se tomaba las cosas, como por ejemplo, lo estresados que estaban todos por el dinero y la economía, a pesar de tener tantas cosas maravillosas de las que disfrutar y por las que estar agradecido. Tampoco podía entender cómo la gente rechazaba cosas tan importantes como el amor, las relaciones, el talento, la creatividad, la individualidad, etc., para perseguir solamente el dinero; ni comprendía por qué dedicaban tanto tiempo a trabajar en ocupaciones que no disfrutaban. La forma en la que la gente enfocaba su vida me parecía totalmente equivocada. Las prioridades y los valores estaban desalineados y todo parecía al revés de como debería ser. Me daba cuenta de que probablemente yo también pensaba antes de esa misma manera, pero ahora no me podía ni imaginar volver a eso nunca más.

«Ahora sé que nunca más podré aceptar sólo por dinero un trabajo que no me guste —pensaba—. Ahora mis criterios sobre el trabajo y sobre las cosas que generalmente se deben hacer son muy diferentes. Mi vida y mi tiempo aquí son mucho más valiosos que eso para mí».

A la vez, Danny descubrió que, tras la intensa experiencia de verme pasar por el cáncer y casi morir, las cosas ya no eran iguales para él tampoco. Antes de mi enfermedad trabajaba en el departamento de ventas y *marketing* de una empresa multinacional como responsable de distribución para toda Asia. Después de todo lo que habíamos pasado juntos, ahora ir a trabajar le parecía monótono y poco estimulante. ¡Los dos habíamos crecido, cambiado y aprendido muchísimo!

Danny siempre había soñado con tener su propia empresa, y en ese momento le dije que lo intentara. Le animé a vivir su sueño. Antes de mi ECM habría tenido demasiado miedo de alentarle a ello, porque habría pensado que era un gran riesgo y que, de no salir bien, no podríamos sustentarnos. Pero mi visión de las cosas había cambiado y ahora me parecía que lo más importante era que realizara sus sueños, en vez de vivir lamentando siempre no haberlo intentado. Así que le animé a montar el

negocio que siempre había anhelado: una empresa dedicada a desarrollar y proporcionar herramientas de asesoramiento profesional para estudiantes y empresas.

La decisión de dar el paso de dejar de trabajar para otro para trabajar para sí mismo resultó más fácil de lo esperado, ya que la empresa de Danny le despidió, debido a que había estado demasiado tiempo alejado del trabajo dedicándose a atenderme durante mi enfermedad. En el pasado eso habría sido un gran revés, pero después de mi ECM me pareció que simplemente se evidenciaba de una nueva manera que el universo funciona a nuestro favor. ¡Era una oportunidad de hacer algo más estimulante!

Para poner en práctica esa nueva aventura tuvimos que reducir radicalmente nuestro nivel de vida. Nos mudamos a una casa más pequeña y minimizamos mucho nuestros gastos personales. Acabamos afincados en un barrio muy humilde situado a gran distancia de las bulliciosas zonas urbanas de Hong Kong. Nuestro hogar se ubicaba en un pueblo remoto, cerca de la frontera con China. Allí estábamos completamente aislados de nuestra comunidad, y eso nos proporcionó la oportunidad de reagrupar y reevaluar nuestras vidas. Fue un cambio drástico, en comparación con aquello a lo que estábamos acostumbrados, y nos dio la sensación de que estábamos empezando de cero: era como un nuevo comienzo.

En otro tiempo, la pérdida del empleo de Danny o la obligación de reducir drásticamente nuestro nivel de vida y mudarnos fuera de la ciudad me habría parecido algo negativo o una adversidad. Me habría provocado mucho miedo, porque representaba una amenaza para mi seguridad. Pero las palabras «¡Regresa y vive tu vida sin miedo!» seguían resonando en mi cabeza, de modo que sabía que todo iba a ir bien. De los muchos mensajes que me traje de mi ECM —todos somos uno, todos somos puro amor en esencia, todos somos magnificentes—, ése era el más poderoso de todos y seguía reverberando en mi interior. Dado que ese mensaje me había parecido que provenía a la vez tanto de mi padre como de mi mejor amiga, Soni, cada vez que lo oía en mi cabeza lo escuchaba con la voz de uno u otro, dependiendo de la situación. En este caso vi que todos estos acontecimientos eran parte de una aventura mayor que estaba desplegándose, dándome la sensación de un nuevo comienzo en la vida con borrón y cuenta nueva.

Adicionalmente, como consecuencia de mi ECM, pasé de tener una visión de la realidad de fuera hacia dentro a tener una visión de la realidad de dentro hacia fuera. Es decir, antes solía pensar que el mundo exterior era el real y que yo tenía que moverme dentro de sus confines. Eso es más o menos lo que piensa la mayoría de la gente. Con esa visión le daba todo el poder al mundo que hay fuera, de manera que los acontecimientos externos tenían la capacidad de controlarme, es decir, que eran los acontecimientos externos los que regían mis comportamientos, mis estados de ánimo y mis pensamientos. No consideraba reales mis reacciones emocionales y mis sentimientos, ya que no eran cosas tangibles. Pensaba que eran meras reacciones debidas a los acontecimientos externos. Según ese modelo, yo era víctima de las

circunstancias, en vez de ser la creadora de mi vida. Incluso la enfermedad era un evento externo que me había «ocurrido» por puro azar.

Sin embargo, después de mi ECM empecé a verme como una parte divina e integral de un Todo mayor, un Todo que incluye todo lo existente en el universo entero, todo lo que jamás existió y siempre existirá, y en el que está todo interconectado en su totalidad. Y me di cuenta de que yo estaba en el centro de este universo, y supe que todos nos expresamos desde nuestra peculiar perspectiva, pues todos y cada uno estamos simultáneamente en el centro de esta gran red cósmica.

Con el tiempo, y a medida que Danny y yo fuimos construyendo juntos esa nueva fase de nuestras vidas, fui comprendiendo esas verdades de una forma todavía más concreta. Descubrí que a pesar de que todo existe dentro de esta red de interconexiones, y aunque todos tenemos acceso a ella en su totalidad, mi mundo en cualquier punto del tiempo es un tapiz confeccionado por todos mis pensamientos, sentimientos, experiencias, relaciones, emociones y acontecimientos acaecidos hasta ese punto preciso. Nada existe para mí hasta que no entra en mi tapiz. Y yo puedo incrementarlo o limitarlo, ya sea expandiendo o restringiendo mis experiencias y mi consciencia. Según mi percepción, todos tenemos cierta capacidad de elección respecto a lo que permitimos que entre en nuestro campo de observación.

Cuando algo entra en mi consciencia, deviene en parte de mi tapiz. Retornando a la analogía del almacén, es lo equivalente a haber alumbrado ese algo con mi linterna. Eso significa que entra a formar parte de mi sistema de creencias, de mi verdad.

Yo sabía que el propósito de mi vida era expandir mi tapiz y permitir que entraran más y mayores experiencias en mi vida, así que me encontré intentando ampliar los límites de lo que consideraba posible en todas las áreas donde hasta entonces había percibido limitaciones. Empecé a cuestionarme todo aquello que asumimos como verdad y que, sin embargo, realmente son sólo creencias determinadas por la sociedad. Contemplé todo lo que me había parecido negativo o imposible en el pasado y lo cuestioné, sobre todo las creencias que me provocaban sentimientos de miedo o de inadecuación en mi interior.

«¿Por qué creo esto? —me preguntaba—. ¿Es sólo por motivos puramente culturales y de condicionamiento social? Puede que esto tuviera algo que ver conmigo en algún momento de mi vida, pero ¿sigue siendo verdad hoy? ¿Me vale seguir creyendo en muchas de las cosas en las que me educaron y me enseñaron a creer desde pequeña?».

En algunos casos podía contestar a esas preguntas con un «tal vez», pero en la mayoría de los casos la respuesta era un rotundo *no*.

Me habían educado en la creencia de que las mujeres debían ser sumisas. En mi entorno social había siempre cierto nivel de censura hacia las mujeres que eran demasiado fuertes o asertivas, o que mantenían una posición importante; porque el papel principal de una mujer era ser una esposa y madre servicial, y yo nunca había logrado encajar en ese patrón de sumisión.

Me había pasado toda la vida censurándome, culpándome por no cumplir esas expectativas. Siempre me había sentido inadecuada. Pero tras mi ECM comprendí que todo eso era un conjunto de falsos estándares determinados socialmente.

También solía creer que no era lo bastante espiritual y que necesitaba esforzarme más en ese aspecto, pero en mi ECM descubrí que todos somos espirituales, independientemente de lo que hagamos o creamos. No podemos ser otra cosa, porque eso es lo que somos: seres espirituales. Lo que pasa es que no siempre nos damos cuenta de ello, nada más.

Comprendí que sólo puedo hallar la verdadera dicha y felicidad si me quiero a mí misma, yendo a mi interior, siguiendo a mi corazón y haciendo lo que me proporciona alegría. Descubrí que cuando mi vida parece estar a la deriva y me siento perdida (cosa que todavía me pasa a menudo), lo que ello significa es que he perdido el sentido de mí misma, mi sentido de ser. Significa que no estoy conectada con quien soy verdaderamente y con lo que he venido a hacer aquí. Esto es lo que ha tendido a suceder cuando he dejado de escuchar mi propia voz interior y he delegado mi poder en fuentes externas, como la televisión, los anuncios, los periódicos, las grandes compañías farmacéuticas, mis colegas, las creencias sociales y culturales, y cosas así.

Antes, cuando me sentía perdida, una de las primeras cosas que hacía era buscar respuestas *fuera*. Las buscaba en los libros o en maestros o gurús, con la esperanza de que me aportarían esa solución que anhelaba y que siempre se me escapaba. Eso es exactamente lo que hice cuando me diagnosticaron el cáncer en un principio. Pero al actuar de ese modo acabé con la sensación de estar todavía más extraviada, porque estaba cediendo mi propio poder una y otra vez.

Descubrí que tener una visión del mundo de dentro a fuera significa poder confiar plenamente en mi guía interior. Es como si lo que yo siento tuviera un impacto sobre todo mi universo. En otras palabras, puesto que yo soy el centro de mi red cósmica, el Todo es afectado por mí. Así que, en lo que a mí respecta, si yo soy feliz, el universo entero es feliz; si yo me amo, todo el mundo me ama; si yo estoy en paz, toda la creación está en paz, y así sucesivamente.

Desde entonces, cuando parece que las cosas comienzan a ponerse feas, en vez de intentar cambiarlas físicamente (que era lo que hacía antes de mi ECM), me pongo a revisar mi universo interior. Si me siento estresada, nerviosa, infeliz o cualquier otra cosa parecida, me voy a mi interior y me ocupo primero de esos sentimientos antes de nada. Me quedo sentada a solas conmigo misma, paseo por la naturaleza o escucho música hasta que llego en mi interior a un espacio centrado donde me siento en calma y recobrada. Noto que, entonces, mi mundo exterior también cambia y muchos de los obstáculos simplemente desaparecen sin que yo tenga que hacer nada.

A lo que me refiero con «estar centrada» es al hecho de experimentar que estoy asentada en el centro de mi red cósmica y siendo *consciente* de mi posición. Éste es, en realidad, el único sitio donde todos estamos siempre, y es importante *sentir nuestra centralidad* en su núcleo esencial.

Pero de vez en cuando se me olvidaba mi posición central en el cosmos. Me veía atrapada en todos los dramas, contradicciones, angustias y dolores del mundo físico, y no podía verme como uno de esos seres expandidos, magnificentes e infinitos que todos somos en realidad.

Por suerte, me daba cuenta en esos momentos de que nunca estamos totalmente desconectados del centro. Es, más bien, que temporalmente lo perdemos de vista y entonces ya no tenemos esa sensación de paz y alegría que proviene de él. Nos vemos atrapados en la ilusión de separación y no podemos ver que la alegría y la tristeza van juntas de la mano, como la luz y la oscuridad o *el yin y el yang*. Nuestra sensación de desconexión es sólo parte de la ilusión de dualidad que nos impide, o al menos nos dificulta, ver la unidad que permanece inmutable más allá de esa aparente separación. Por ello, el hecho de centrarse significa ver más allá de la ilusión y volver a *sentir nuevamente nuestra posición infinita en el centro de todo, en el centro de la unidad*.

Todavía tenía el saber visceral de que todos somos uno con el universo. Por ello sabía que, a pesar de estar en mi cuerpo físico, y tanto si era consciente de ello como si no, *¡estoy siempre en el centro de esta gran red cósmica que es el universo! Esto es lo mismo que darme cuenta de mi magnificencia y de mi conexión con lo Infinito*.

A medida que los meses se han convertido en años, he puesto en práctica esta conciencia más y más. A veces, cuando tenía mucho que hacer y las cosas se ponían estresantes, se me acusaba de perder el tiempo cuando me tomaba un descanso para centrarme. Pero sabía que intentar solucionar las cosas solamente a nivel físico era coger el camino más lento. Hasta el día de hoy eso es para mí como caminar por un pantano. Afrontar así los problemas me causa frustración, aparte de que aumenta mi nivel de estrés.

Sin embargo, descubrí que si me tomo un tiempo para recuperar mi centro, a pesar de lo que pueda pensar la gente que merodea, muchos de los principales escollos desaparecen en cuanto soy consciente de mi conexión con el Todo y me siento nuevamente en calma y feliz. Durante esas sesiones recibo mucha claridad, y por el mero hecho de estar centrada desaparecen muchos de los restantes conflictos. He descubierto que ésta es una forma mucho más efectiva de resolver los problemas y llevar adelante mi vida que dedicarme solamente a resolverlos desde la acción externa. Esto es resultado directo de mi ECM y nace de saber que soy parte de un gran tapiz cósmico, de que estoy en su centro esencial y de que puedo entrar en contacto con todo el universo con sólo ir hacia mi interior.

A lo largo de los años que han pasado desde mi ECM he experimentado también cambios en lo que se refiere a mis necesidades externas. He descubierto que necesito estar cerca de la naturaleza, particularmente del mar, para sentirme totalmente bien. Al igual que la maravilla que sentí los primeros días después de salir del hospital, descubro que ahora puedo conectar instantáneamente con el estado que experimenté durante mi ECM con sólo mirar las olas y escuchar el océano.

He podido comprobar con gran alegría que tanto mis actuales amigos más

cercanos como mi familia inmediata han hecho cambios también por su cuenta. Y puede sonar extraño, pero desde mi ECM mucha gente me ha dicho que sienten un cambio de energía cuando están cerca de mí. Raramente hablo de ello en público, porque creo que esas percepciones emergen del interior del ser. Es posible que simplemente les esté reflejando lo que ellos ya están listos para experimentar.

Debido a mi experiencia, estoy absoluta y poderosamente convencida de que *todos* tenemos la capacidad de curarnos a nosotros mismos, así como de facilitar la curación de otros. Cuando entramos en contacto con ese lugar infinito que hay en nuestro interior, donde somos Todo, entonces la enfermedad ya no puede permanecer en el cuerpo. Y como todos estamos conectados, no hay razón para que el estado de bienestar de una persona no pueda alcanzar a otros, elevándolos y desencadenando su recuperación. Y cuando curamos a otros, también nos estamos curando a nosotros mismos y al planeta. No hay separación, excepto en nuestras propias mentes.

Mi vida ha tenido sus subidas y bajadas, y hay ocasiones en las que siento que tengo que esforzarme mucho para permanecer centrada. Tengo que ocuparme de asuntos mundanos, como son las tareas hogareñas o pagar las facturas, y desde que me sucedió la ECM me cuesta centrarme en esos detalles. Sin embargo, nunca estoy lejos de hallar mi sitio en el universo una vez más y de sentir esas palabras dentro de mi alma: *¡Sal y vive tu vida sin miedo!*

También he descubierto que, aun cuando he hecho algunos nuevos amigos —incluyendo uno en particular que me ha ayudado mucho a comprender y procesar mi experiencia—, parece que tengo dificultades en reconectar con muchos de los antiguos. Ya no soy tan sociable como lo era antes y no me gustan las mismas cosas. Antes tenía muchos amigos, pero ahora sólo doy acceso a mi vida privada a un número muy reducido de personas, la mayoría de las cuales las he conocido a través de un grupo de ECM en los últimos años. Algunas de ellas han tenido sus propias experiencias, similares a la mía, y un puñado de nosotros hemos intimado mucho.

Aparte de a este grupo, también dedico mucho tiempo a mi familia inmediata: mi marido, mi madre y mi hermano. Ellos estuvieron incondicionalmente conmigo durante mi crisis y mis horas de necesidad, y ahora me siento muy cerca de ellos. Es difícil que me sienta así de cerca de otras personas.

No es que esté intentando convertirme en una solitaria. Sigo abriéndome a la gente y me encanta ayudar a las personas a conseguir una mayor comprensión, cosa que hago a través de mis escritos y de mi trabajo actual como formadora cultural. Tal como se verá en el siguiente capítulo, el acto de permitir que suceda lo que haya de suceder y de permitirme ser yo misma ha ejercido un enorme impacto sobre mí en esta gran aventura.

CAPÍTULO 14

La curación es sólo el principio

El hecho de que este libro haya visto la luz y lo tengas ahora en las manos es la prueba de lo que ocurrió cuando adopté la actitud de permitir que sucediera lo que hubiera de suceder. Por ello, quiero compartir contigo la serie de sincronicidades que tuvieron que producirse para que este libro llegara a existir.

Inmediatamente después de mi ECM y de mi curación, estaba tan eufórica que quería gritar a los cuatro vientos lo que había aprendido. Quería que todo el mundo supiera lo que me había pasado y que sintiera lo que yo sentía. Al mismo tiempo, me provocaba inquietud compartir mi experiencia y emprender una acción manifiesta encaminada a hacer pública mi historia o a llamar la atención. No me sentía preparada para gestionar toda la atención y el escrutinio que preveía que mi historia podría atraer.

Como el yin siempre parece combinarse con el yang en el ciclo de la vida, me di cuenta de que, a pesar de que estaba un poco preocupada por cómo se iba a recibir mi experiencia, algo dentro de mí seguía diciéndome que necesitaba compartirla con una audiencia más amplia. Sentía el deseo de comunicarla y a la vez la necesidad de retraerme. Sabía que cuando llegara el momento adecuado (y cuando me sintiera preparada), la forma de gestionar esa atención y esa exposición pública se desplegaría con la misma facilidad que durante mi ECM.

Mientras llegaba ese momento, me limité sencillamente a dejarme llevar por la comprensión que había adquirido a partir de mi experiencia, tal como he descrito en el capítulo anterior. Permanecí fiel a mí misma, y seguí con la aventura de vivir de la forma que más feliz me hacía y yendo en pos de la dicha allá donde estuviera. Estaba segura de que aquellos que estuvieran preparados o necesitaran oír lo que yo tenía que decir, me encontrarían. Me mantuve siempre abierta a que sucediera lo que hubiera de suceder en lo referente a cuán lejos podía difundirse mi mensaje por sí solo. Básicamente, siempre he permanecido en un estado de permitir y de aceptación en lo concerniente a este tema, pero nada me preparó para lo que iba a desplegarse ante mí…

En marzo de 2011 me encontraba en los Emiratos Árabes Unidos visitando a mi amiga de la infancia, Sunita, que acababa de abrir allí un centro de formación holística. Sunita me había invitado para que compartiera mi historia en un auditorio de Dubai, y yo me quedé encantada por lo bien que transcurrió todo. Al principio no estaba segura de cómo iba a recibir la gente lo que yo iba a decirles, pero el resultado me sorprendió gratamente. De hecho, la visita pareció desencadenar un cambio interno en mí que me abrió a sentirme finalmente preparada para compartir mi

historia con todo el mundo.

Por primera vez desde mi ECM pude sentir que ocurría una transformación en la audiencia que estaba escuchando mi charla. En realidad el cambio ocurrió en mi interior, aunque afectó a todos los presentes. Quedé sobrecogida por la curación que estaba teniendo lugar ante mí. Vi que cada cual obtenía lo que necesitaba a partir del relato de mi experiencia, y todo el mundo sintió que estaba sucediendo algo muy poderoso.

¡Reconocí al fin que había personas que necesitaban saber lo que yo había experimentado! Me di cuenta de que mi conexión había empezado a aflojarse y de que no había estado dejando que mi *verdadero yo* fluyera. Una vez más, había estado escondiendo mi ser real, debido al miedo y a la inquietud. De modo que fue allí, en Dubai, donde volví a sentirme en contacto con mi yo expandido y magnificente. Al fin estaba preparada para afrontar lo que la vida me trajera. En aquella sala dejé atrás todas mis inhibiciones respecto a compartir mi experiencia con el mundo, aunque no tenía ni idea de cómo iba a ser recibida. Estaba dispuesta a afrontar lo desconocido y mantenerme confiada en medio de la incertidumbre.

Hasta ese momento había pensado que la ECM era especial sólo para mí, pues a pesar de que había traído de vuelta conmigo un mensaje para compartir con los demás, la curación parecía beneficiarme sobre todo a *mí*. En eso radicaba parte de mi inquietud ante la posibilidad de compartir mi historia: no era plenamente consciente de cuánto se podían beneficiar de mi experiencia otras personas. Pero algo cambió ese día en aquel auditorio. Al ver la reacción de los demás y la transformación que estaba teniendo lugar, súbitamente me di cuenta de que tanto el hecho de haber desarrollado un cáncer como el de haberme curado eran algo *del planeta y para el planeta*. Si todos somos Uno, lo que me pasa a mí les pasa a todos. Y lo que ocurre *para mi beneficio* también ocurre *para provecho* de todo el universo. Entendí que incluso la razón de que me pusiera enferma y de que después eligiera regresar tenía como propósito servir como instrumento para que se produjera la curación en otras personas.

Y no sólo la curación física, sino lo que es más importante, la curación emocional; porque, de hecho, lo que gobierna nuestra realidad física son nuestros sentimientos.

Antes de aquello había pensado que mi curación del cáncer había sido la culminación de mi viaje; mi curación parecía ser el pináculo de todo lo que había pasado en mi vida, y creía que con ella concluía mi historia. Pero en Dubai comprendí que mi recuperación era sólo el principio y que, con ella, comenzaba un nuevo capítulo que iniciaba un despliegue más amplio. Lo único que yo tenía que hacer era *permitir* que sucediera lo inesperado y aceptar adentrarme en la ambigüedad.

De nuevo supe que no tenía que hacer nada, que todo simplemente se iría desplegando ante mí en tanto que yo *permitiera* que sucediera. Y en ese momento

pensé: «¡Adelante! Sea lo que sea que haya ahí delante para mí, estoy abierta a ello. *¡Ahora por fin lo entiendo!*».

Al día siguiente, el 16 de marzo, cuando llevaba ya una semana en Dubai y era el día de mi cumpleaños, me puse a revisar mi correo electrónico nada más despertarme. Esperaba encontrarlas típicas felicitaciones por parte de mis amigos y familiares, pero para mi sorpresa había un mensaje de una asistente de la editorial Hay House (la editorial que ha publicado mi libro en inglés) que decía: «Wayne Dyer se ha convertido en un ferviente seguidor suyo después de leer su escrito sobre su experiencia cercana a la muerte. Si está dispuesta a escribir un libro sobre su experiencia, la editorial Hay House estaría muy interesada en colaborar con usted en su desarrollo y publicación».

No pude evitar que las lágrimas me corrieran por las mejillas mientras leía esas palabras. ¡Menuda sorpresa de cumpleaños más increíble! ¡Y qué forma de confirmar lo que había sentido justo el día anterior!

La verdad es que llevaba tiempo escribiendo un libro; de hecho, incluso había estado pensando en cómo lograr publicarlo, pero la tarea me parecía demasiado compleja y creía que quedaba fuera de mi alcance. ¡Y hasta el día anterior ni siquiera estaba preparada para dirigirme al mundo en general…!

Aun así, durante los meses anteriores muchas personas me habían preguntado si estaba escribiendo un libro sobre mi experiencia cercana a la muerte. Cuando contestaba que sí, me preguntaban si ya había encontrado editorial para publicarlo, y entonces tenía que decirles que no.

La mayoría me decían: «Aunque tu historia es asombrosa, en estos tiempos es muy difícil conseguir que alguna editorial lea siquiera el manuscrito. Hay tanto material espiritual de este tipo por ahí que ni siquiera lo mirarán. Será mejor que te prepares para recibir una negativa tras otra».

Otras personas me decían: «Vas a necesitar un agente literario para que el manuscrito llegue a la mesa del editor. Los editores ni siquiera miran las obras que no llegan a través de un agente». O: «Sería mejor que te autopublicaras. Eso es mucho más fácil».

A todas las personas que me decían esto, yo siempre les respondía lo mismo: «La verdad es que no tengo intención de ir llamando a las puertas de los editores o de suplicar a nadie para que se lea mi libro. Mi historia se irá extendiendo a su propio ritmo; y si se supone que tiene que llegar a las masas, el universo conspirará para que ello ocurra».

En aquel entonces, incluso llegué a comentarle a varios amigos que, entre todas las opciones posibles, yo soñaba con que un día me publicara Hay House, porque creía que era la mejor editorial en su género y me encantaban todos sus autores. Cuando miré en su web, vi que no aceptaban manuscritos que no llegaran a través de un agente literario. Como no sabía ni por dónde empezar a buscar con el fin de encontrar un agente, aparqué la idea y seguí con mi vida.

Como he explicado antes, desde mi ECM sentía que se preparaba algo grande. Me sentía orientada y dirigida, incluso en aquellos momentos en los que mi vida no parecía ir en ninguna dirección. Seguía confiando en lo que había sentido durante mi experiencia, y sabía que todo estaba bien y todo iba como tenía que ser. Recibir el correo de Hay House sólo fue la confirmación de que lo que había estado sintiendo durante todo ese tiempo era completamente cierto.

Por supuesto, respondí a la editorial con un entusiasta «¡Sí, sí, sí!», e incluso le dije a la asistente que me escribió que ese día era mi cumpleaños y que me acababa de hacer un regalo maravilloso.

Unos días después, cuando ya estaba de vuelta en Hong Kong, recibí un mensaje de mi vieja amiga Verónica Lee en el que me decía que había estado escuchando el programa de radio de Wayne Dyer y que él había hablado de mí y de mi ECM. Me dijo que llevaba varias semanas seguidas hablando de mí, así que entré en la web de Hay House Radio, accedí al historial y empecé a escuchar los programas atrasados. Y para mi sorpresa, ahí estaba Wayne hablando de mi experiencia semana tras semana. Me quedé estupefacta al oírle hablar de mí a una audiencia tan amplia como la suya.

Poco después, quise sorprender a Wayne y decidí llamar a su programa mientras se emitía en directo, durante la sección en la que aceptaba llamadas de los oyentes para responder a sus preguntas. Debido a la diferencia horaria, su programa se emitía en Hong Kong a las cuatro de la madrugada, así que me puse el despertador a las 3.30, me levanté, me conecté al programa desde la web y marqué el teléfono. En los dos primeros intentos la línea estaba ocupada, pero para mi gran alegría por fin conseguí contactar, ¡y todavía no eran ni las cuatro! La persona que respondió al teléfono me preguntó mi nombre y el lugar desde el que llamaba. Después me pusieron en espera. Cuando empezó el programa, y después de la entrada y las presentaciones, Diane Ray, la productora de Wayne, dijo:

—¡Oh, qué curioso, tenemos una llamada desde Hong Kong! ¿Por qué no empezamos por ella? —Y el corazón me dio un vuelco cuando la oí decir eso. (Más adelante me enteré de que es muy difícil conseguir entrar en directo en el programa de radio de Wayne).

Antes de que abrieran la línea, oí decir a Wayne:

—¡Oh, Dios mío, creo que ya sé quién debe de ser! ¿Es quién yo creo que es?

—Hola, soy Anita —respondí.

—¡Oh, Dios mío, es Anita, la persona que tuvo la ECM! ¡Qué emoción tenerla en mi programa! —exclamó—. Diane, ¿puedes retener el resto de las llamadas? Me voy a pasar todo el programa con ésta. —Y entonces me pidió que compartiera mi historia en directo.

Cuando terminó el programa, Wayne me pidió que no colgara. Hablamos un poco más y me dijo que se sentiría honrado de escribir un prólogo para mi libro, si yo se lo permitía. Y yo pensé: «¿Que si se lo permito? Debe estar bromeando. ¡Me encantaría!».

Wayne me contó también que había impreso la historia de mi ECM que había encontrado en internet, la cual tenía una extensión de veintiuna páginas. Había hecho unas cuarenta copias, que había distribuido entre la gente que conocía; había compartido mi historia con su madre, y ella había encontrado mucho consuelo en mis palabras. También me dijo que me había citado varias veces en su último libro, *Wishes Fulfilled*.

Lo único que yo podía pensar era: «¿Pero es cierto lo que estoy oyendo? ¿Que Wayne Dyer me ha citado a *mí* en su último libro?».

Entonces intercambiamos nuestros datos de contacto y Wayne me dijo que podía llamarle cuando quisiera.

¡Me sentía dichosa! Los días siguientes estuve en una nube, no podía comer ni dormir y tenía una sensación constante como de mariposas en el pecho. Sentía que estaba al filo de algo realmente grande y sabía que cuando eso se pusiera en marcha pondría duramente a prueba mi habilidad para agarrarme con fuerza y no hacer nada más que ser yo misma, disfrutar del carrusel y permitir.

En las semanas siguientes hablé muchas veces con Wayne por teléfono para tratar asuntos del libro y sobre cómo iba a enfocarlo. En una de las llamadas me leyó el maravilloso prólogo que había escrito, que hizo que se me saltaran las lágrimas una vez más. Soy un poco emotiva con estas cosas, sobre todo cuando percibo la visión de mi ECM desplegándose ante mí.

Durante una de nuestras conversaciones, Wayne me dijo que cuando había leído mi experiencia por primera vez, no se había limitado a *pedir a la gente de Hay House que me localizara: les dijo que tenían que encontrarme; y que si yo estaba escribiendo un libro, ellos tenían que publicarlo*.

Como es lógico, me quedé pasmada por su revelación. Le pregunté cómo había llegado a saber de mi experiencia, y me contó que le había hablado de ella una mujer llamada Mira Kelley, de Nueva York. A continuación, Wayne nos presentó vía correo electrónico. A partir de entonces Mira y yo empezamos a intercambiarnos correos y a hablar por teléfono, y ella me fue contando la increíble sucesión de pequeños eventos que habían tenido lugar precisamente en el momento justo para que Wayne llegara finalmente a leer el relato de mi ECM. Él no navega por internet, y tampoco le gusta pasar mucho tiempo ante el ordenador leyendo textos largos, así que no era posible que se tropezara con mi historia por accidente.

Voy a dejar que Mira describa la sorprendente cadena de acontecimientos con sus propias palabras:

> El 11 de enero de 2011 hablé con un amigo, que me dijo que Wayne Dyer estaba guiando a un grupo de personas a través de Europa en una gira denominada «Experimentar lo milagroso». Mi intuición me hizo fijarme en la palabra «milagroso». Sabía que Wayne tenía leucemia, y al oír esa palabra algo hizo que comprendiera que estaba listo para experimentar un milagro.

Al principio traté de disuadirme de conectar con Wayne, pero la sensación de que tenía que hablar con él persistía y se hizo cada vez más fuerte. Entonces me dije que si yo debía ser un instrumento en las manos de Dios, tenía que permitir que sucedieran cualesquiera milagros que hubieran de tener lugar, así que varios días después le escribí.

Cuando Wayne me telefoneó cerca de un mes después, yo ya me había olvidado de aquello. Hablamos brevemente, y ya estábamos a punto de colgar cuando le interrumpí en medio de su adiós de despedida. Para mi sorpresa, me encontré diciéndole que había algo que quería enviarle, algo que tenía que leer, y él, sin pensárselo un momento, me dio un número de fax.

Ese «algo» era la historia de la ECM de una tal Anita, que había llegado a la bandeja de entrada de mi correo el día anterior a través de una lista de correo a la que estaba apuntada y en la que se intercambiaba información sobre temas espirituales vía *e-mail*. La persona que me envió el mensaje me resaltaba la parte de la historia en la que se habla de que el tiempo existe de manera simultánea, algo que captó inmediatamente mi atención debido a mi trabajo con las regresiones. Leyendo el relato de Anita sentí la mágica sensación de que encajaba con la verdadera vibración de mi espíritu.

En cuanto Wayne y yo colgamos, me surgió la pregunta: «¿Por qué? ¿A qué se debe que haya sentido la necesidad de compartir la historia de Anita con Wayne?». La única explicación que se me ocurrió entonces fue que describía con total perfección todo lo que yo creía y lo que podía yo ofrecerle. Mandándole la historia de Anita le estaba diciendo: «Sé que te puedes curar instantáneamente. Esa posibilidad existe; y si quieres verte de nuevo con una salud perfecta, yo puedo ayudarte a crear esa realidad». Habría necesitado una larga conversación para decirle lo que Anita ya había puesto en palabras de una forma muy simple y elocuente.

Ahora veo una segunda razón. Comprendo que soy parte del proceso que pretende llevar las inspiradoras palabras de Anita a todo el planeta. La sincronización temporal fue absoluta. Si ese *e-mail* hubiera llegado antes, no habría estado tan reciente en mis pensamientos y no lo habría compartido con Wayne. Si hubiera llegado más tarde, no lo habría compartido con Wayne y no estaría recibiendo el enorme reconocimiento que tiene ahora. La perfecta sincronicidad de todo ello conjuntándose tan mágicamente nos recuerda que todo ocurre a la vez en un mismo momento sin tiempo, exactamente como descubrió Anita durante su ECM.

Wayne y yo acordamos hacer una regresión, y yo volé a Maui para encontrarme con él. Cuando llegué a casa de Wayne el 15 de abril, lo encontré hablando por teléfono. Cuando colgó, me dijo que estaba hablando con Hay House y que iban a publicar el libro de Anita. Su entusiasmo me transmitió que él estaba preparado para su propio milagro. Su sesión fue profundamente poderosa, y yo

comparto su convicción de que está curado de la leucemia.

Volví a abrir el mensaje a través del cual me había llegado la historia de Anita y descubrí que me lo había enviado alguien que no conocía, un ingeniero llamado Ozgian Zulchefil que vivía en Constanta (Rumanía). Cuando compartí con él las impresionantes sincronicidades de las que él formaba parte, me respondió que se sentía feliz y encantado de que me hubiera tomado la molestia de contárselo, aunque no recordaba dónde había encontrado la historia de la ECM de Anita. Dijo que eso también era una confirmación de que todos nos estamos afectando constantemente los unos a los otros a través de lo que decimos o hacemos, incluso aunque no nos demos cuenta. Y concluía: «Por eso es realmente importante tener una actitud abierta y positiva en cada momento de la vida, incluso si no encontramos una razón para tenerla en ese momento». No pude evitar sonreír.

Hace sólo unos días recibí un nuevo correo en el que se me sugería que viera una entrevista cautivadora que le habían hecho a una mujer llamada Anita Moorjani, que se había curado milagrosamente de un cáncer tras tener una ECM. Entonces me invadió una oleada de emoción al recordar que Wayne y yo habíamos concordado en que el hecho de encontrarnos permitía que las poderosas palabras de amor de Anita afectaran e inspiraran a millones de personas. Recibir ese correo confirmaba que el círculo se había completado. Simultáneamente, las palabras de Anita ayudaron a crear la curación de Wayne.

Al permitir que el Espíritu actuara a través de mí, me convertí en un instrumento en las manos de Dios de una forma que ni siquiera yo había podido imaginar.

La historia de Mira sólo refuerza la idea de que todos, cada uno de nosotros, somos facetas únicas e indispensables del universo infinito. Cada uno de nosotros es parte integral de un tapiz mayor que se está desplegando y que trabaja continuamente en aras de la curación del planeta. Y nuestra única obligación es ser siempre fieles a nosotros mismos y permitir que las cosas sucedan.

Cuando miro atrás y contemplo la trayectoria de mi vida, me queda absolutamente claro que cada paso de mi camino —tanto antes como después de mi ECM, tanto los eventos que antaño me parecieron positivos como los que consideré negativos— ha sido en último término para mi beneficio y me ha guiado hasta donde hoy estoy. Lo que también tengo muy claro es que el universo me brinda *sólo aquello para lo que estoy preparada y sólo cuando estoy preparada*. Mi inquietud sobre la publicidad que podría traerme el libro había ralentizado el proceso, pero en cuanto esa ansiedad desapareció, recibí inmediatamente el mensaje del universo a través del *e-mail* de Hay House. Eso hace verdad la afirmación: *¡Soy yo quien permite o limita cuánto quiero que entre en mi vida!*

Desde mi perspectiva, el libro que estás leyendo es la prueba definitiva de ello. Si no hubiera sido por el ambiente en el que crecí y por la forma en la que me veía a mí

misma y reaccionaba ante todo lo que sucedía en mi vida, es posible que no hubiera tenido cáncer. Sin el cáncer no habría habido ECM y, en consecuencia, no tendría ninguna visión especial que compartir con el mundo. Si me hubiera faltado alguno de esos pasos, el resultado habría sido muy diferente. Aunque estoy convencida de que no es necesario alcanzar el estado extremo que supone una ECM para llegar a curarse o encontrar un importante propósito en la vida, veo que mi camino personal me ha llevado a este punto. Todo ocurre cuando estamos preparados para que ocurra.

Ahora he aprendido de una vez por todas que cuando me siento centrada, es decir, cuando reconozco mi lugar en el corazón del universo y *siento* mi magnificencia y mi conexión con todo lo que existe, el tiempo y la distancia son irrelevantes. Si alguna vez has estado profundamente dormido experimentando un sueño muy complejo que culmina con el sonido del timbre de la puerta o del teléfono, y de repente te has despertado para descubrir que el timbre o el teléfono estaban sonando *de verdad*, entonces has experimentado la atemporalidad. Aunque el aparato haya empezado a sonar apenas un instante antes de que te despertaras, se siente como si todo el drama de tu sueño girara en torno a ese momento final.

A eso se parece la vida cuando de verdad te das cuenta de que *eres uno con todo*. El tiempo y el espacio pierden su significado. Por ejemplo, recibí el *e-mail* de Hay House justo en el momento exacto que era apropiado para mí, ¡pero a la vez en la vida de Wayne Dyer se estaba desarrollando todo un drama que culminó en el preciso momento en que yo recibí ese mensaje!

También quiero decir que después de mi ECM las cosas se volvieron mucho más fáciles. Ya no tenía miedo a la muerte, al cáncer, a los accidentes o a la miríada de cosas que antes solían preocuparme… No tenía miedo de nada ¡excepto a difundir por todo el mundo el mensaje que había descubierto! Ahora he aprendido a confiar en la sabiduría de mi yo infinito. Sé que yo, al igual que todo el mundo, soy una fuerza poderosa, magnificente, amorosa y amada incondicionalmente.

Esta energía fluye a través de mí, me envuelve y es indistinguible de mí misma. Es, de hecho, quien soy y lo que soy en verdad. Confiar en ella es sencillamente confiar en mí misma. Permitir que me guíe, me proteja y me dé todo cuanto preciso para mi felicidad y bienestar definitivos es consecuencia del mero hecho de permitirme ser yo misma. Sólo necesito ser el amor magnificente que soy y permitir que los acontecimientos y las circunstancias de mi vida ocurran como hayan de ocurrir, porque sé que lo que sea que suceda es siempre para mi mejor interés a largo plazo.

Me desapego de cualquier resultado preconcebido y confío en que todo está bien y es para bien. El hecho de ser yo misma permite que la totalidad de mi magnificencia única me impulse en las direcciones que son más beneficiosas para mí y para los demás. Esto es realmente lo único que tengo que hacer. Y dentro de ese marco, todo lo que es verdaderamente mío llega a mi vida sin esfuerzo, por las vías más mágicas e inesperadas que puedan imaginarse, demostrándome todos los días el

poder y el amor de aquella que verdaderamente soy.

Tercera parte

LO QUE HE LLEGADO A COMPRENDER

CAPÍTULO 15

Por qué enfermé… y me curé

Durante mi ECM experimenté tal claridad mental que la pregunta que me hacen con más frecuencia cuando comparto mi historia es: «Entonces, ¿cuál fue la causa de tu cáncer?». Es muy comprensible que mucha gente tenga interés en conocer la respuesta a esa pregunta. Pero antes de entrar en ello, quiero incluir aquí unas palabras de precaución ante los peligros inherentes a este tema.

Uno de los riesgos intrínsecos de hablar de mis enfermedades es que lo que yo diga llegue a los lectores u oyentes de forma que suene como si aquellos que no se recuperan de un cáncer o que todavía tienen esa u otras enfermedades son de algún modo «menos» que aquellos que se han curado. Quiero dejar claro que *eso no es cierto*.

También puede resultar frustrante si lo que digo suena demasiado simplista, sobre todo si alguien que conoces o tú mismo estáis sufriendo. Ése es uno de los principales problemas del lenguaje: a veces las palabras pueden hacer más daño que bien. Quiero hacer hincapié en que cualquiera que todavía tenga cáncer o que no se haya curado sigue siendo una persona tan magnificente como todas las demás. Las razones de sus enfermedades se encuentran en su viaje personal y probablemente estén relacionadas con su propósito individual. Ahora sé que mi enfermedad era parte de mi razón de ser; y aunque hubiera escogido morir en vez de vivir, eso no me habría arrebatado ni una pizca de magnificencia.

Sé que habrá gente que no esté de acuerdo con lo que digo sobre la curación, y eso es absolutamente aceptable. Yo simplemente cuento lo que ocurrió durante mi ECM con la esperanza de que mis palabras puedan ayudar a otras personas.

Como ya he dicho, la pregunta que me hace la gente con más frecuencia es por qué creo que enfermé de cáncer. Puedo resumir la respuesta en una sola palabra: *miedo*.

¿A qué le tenía miedo? Prácticamente a todo. Entre otras cosas, a fracasar, a ser rechazada, a decepcionar a la gente y a no ser lo bastante buena. También temía terriblemente a cualquier enfermedad, y al cáncer en particular, así como al tratamiento del cáncer. Tenía miedo de vivir y me aterraba morir.

El miedo es muy sutil y se cuela gradualmente, reptando en nuestro interior de forma que nosotros ni siquiera lo notamos. Cuando miro a mi alrededor, veo que a muchos de nosotros nos han enseñado a tener miedo desde muy temprana edad, porque no creo que naciéramos así.

Una cosa que creo firmemente es que *nosotros ya somos lo que pasamos toda nuestra vida intentando llegar a ser, aunque no nos damos cuenta. Venimos a esta*

vida conociendo nuestra magnificencia; y no sé por qué, el mundo erosiona ese conocimiento a medida que vamos creciendo.

Este proceso empieza sutilmente al principio, con pequeñas ansiedades acerca de, por ejemplo, no gustar o no ser lo bastante buenos, acaso porque nos sentimos diferentes a los demás —somos de otra raza o demasiado altos, bajos, gordos o delgados— y deseamos encajar con todas nuestras fuerzas. No recuerdo que nunca nadie me animara a ser quien realmente soy o a mantenerme fiel a mí misma, ni tampoco me tranquilizaron diciéndome que no había ningún problema en ser diferente. Todo lo que yo recuerdo es una vocecita constante de desaprobación que no paraba de sonar en mi cabeza.

Yo era una persona que quería agradar a todos y que temía la desaprobación, viniera de donde viniera. Hacía lo que fuera por evitar que la gente pensara mal de mí, y con los años me perdí a mí misma en el proceso. Estaba completamente desconectada de quien era o lo que quería, porque todo lo que hacía estaba orientado a ganarme la aprobación de los demás, la aprobación de todo el mundo excepto la mía. De hecho, si alguien me hubiera preguntado en los años previos a mi cáncer qué quería en la vida, yo habría dicho que realmente no lo sabía. Estaba inmersa en determinadas expectativas culturales intentando ser la persona que todo el mundo esperaba que fuera, y ello hasta tal grado que realmente no sabía lo que era importante para *mí*.

Después de que a mi mejor amiga, Soni, y al cuñado de Danny les diagnosticaran cáncer, empecé a desarrollar un miedo visceral a la enfermedad. Sentía que si les había sucedido a ellos podía ocurrirle a cualquiera, así que empecé a hacer todo lo que estaba en mi mano para evitar esa enfermedad. Pero cuanto más leía sobre su prevención, más razones encontraba para tener miedo. En aquel momento me daba la impresión de que todo causaba cáncer. Leí sobre los patógenos cancerígenos que aparentemente había en el ambiente y en la comida, sobre el potencial cancerígeno de los microondas, los recipientes de plástico para la comida, los alimentos con conservantes, el uso de teléfonos móviles… Parecía que todo causaba cáncer, y la lista seguía y seguía.

Y no sólo tenía miedo de la enfermedad en sí misma, sino también del tratamiento: la quimioterapia. Como ya he contado, Soni murió mientras la trataban con quimioterapia, lo que sirvió para exacerbar mis miedos.

Poco a poco me vi aterrorizada, tanto por la muerte como por la vida. Era casi como si estuviera encerrada en una jaula por culpa de mis miedos. Mi experiencia de la vida se hacía cada vez más pequeña, porque para mí el mundo era un lugar lleno de amenazas.

Y entonces me diagnosticaron el cáncer.

A pesar de que luchaba con la enfermedad, yo creía que el cáncer era una sentencia de muerte. Hice todo lo que se suponía que tenía que hacer alguien que quisiera superar la enfermedad, pero en el fondo de mi mente siempre creí que no lo

iba a conseguir. Y tenía muchísimo miedo a la muerte.

El hecho de que los investigadores dijeran continuamente que estaban «intentando encontrar una cura para el cáncer» me trasmitía que no había ninguna solución conocida. Eso parecía ser una realidad aceptada por todos, al menos en el mundo médico convencional. Y el hecho de decirme que la medicina convencional era la única opción, aunque esa disciplina admitía abiertamente que no había encontrado una cura, fue suficiente para infundirme un terror que llegó hasta el centro de mi ser. La palabra «cáncer» ya era, en sí misma, suficiente para darme miedo, pero conocer las deficiencias de la ciencia sólo me sirvió para apoyar mi idea de que iba a morir.

Seguí intentando hacer todo lo que estaba en mi mano, pero la enfermedad progresaba y yo empeoraba. Aunque muchas de las personas que conocía me aconsejaron que no acudiera a la medicina alternativa, opté por ella, porque sentía que con la terapia convencional estaba ya condenada desde el principio. De modo que probé todas las modalidades disponibles y, tal como he relatado, dejé mi trabajo y dediqué cuatro años a ese proceso.

Intenté la curación por la fe, las oraciones, la meditación y las sesiones de curación energética. Leí todos los libros sobre el cáncer que cayeron en mis manos y aprendí todos los detalles posibles de la enfermedad. Trabajé con la terapia del perdón y perdoné a todos los que conocía (y después los perdoné otra vez). Viajé por la India y por China conociendo monjes budistas, yoguis indios y maestros iluminados, esperando que alguno de ellos me ayudara a encontrar las respuestas que me llevarían a la curación. Probé a volverme vegetariana, a meditar en la cumbre de montañas, el yoga, el ayurveda, el equilibrio de los *chakras*, la medicina herbal china, la curación pránica y el Qi Gong.

Pero, a pesar de todo eso, mi cáncer seguía empeorando. Mi mente estaba totalmente confundida mientras continuaba perdiéndome cada vez más entre las diferentes modalidades de curación, intentándolo todo para seguir viva mientras mi salud seguía deteriorándose. Tal como he relatado, al final mi cuerpo dejó de absorber nutrientes y los músculos se me fueron consumiendo hasta que ya no pude caminar; la silla de ruedas se convirtió en mi única opción de movilidad. La cabeza me colgaba del cuello como una desmesurada bola de bolos y no podía respirar sin la bombona de oxígeno portátil, de la que no podía separarme. Cuando dormía, mi marido se quedaba despierto toda la noche para asegurarse de que seguía respirando. Mi madre ayudaba a cuidarme, porque yo no podía cuidarme sola. Era muy difícil para todos, y yo podía sentir su dolor, que se sumaba al mío.

No puedo ni siquiera describir la intensidad del terror que experimentaba día tras día mientras mi cuerpo seguía deteriorándose. Me agarraba a la vida con uñas y dientes. Iba a grupos de curación espiritual y allí me decían que lo que me estaba pasando era elección mía. También oí decir que el mundo es una ilusión.

Entonces empecé a frustrarme y a asustarme aún más, mientras me preguntaba:

«¿Por qué iba yo a elegir esto? ¿Cómo puedo elegir otra cosa? Si esto es una ilusión, ¿por qué me parece tan real? Si Dios escucha todas las oraciones, ¿por qué no está escuchando la mía?». Me había esforzado mucho por practicar todo el perdón, la limpieza, la curación, la oración y la meditación prescritos. No podía entender por qué me estaba pasando eso a mí.

Pero al final se me hizo muy difícil soportarlo más y me rendí. Fue una liberación interna total. Después de que él cáncer arrasara mi cuerpo durante más de cuatro años, estaba demasiado débil para seguir resistiendo, así que claudiqué. Estaba cansada. Sabía que el siguiente paso sería la muerte, y finalmente llegué al punto en el que agradecía su llegada. Cualquier cosa sería mejor que aquello.

Entonces entré en coma y empezaron a fallarme los órganos. Sabía que nada podía ser peor que lo que mi familia y yo habíamos pasado. Así que empecé a acercarme a la muerte.

El mundo que experimenté cuando mi cuerpo se apagó me permitió ver mi propia magnificencia sin la distorsión del miedo. Fui consciente del gran poder que tenía al alcance de la mano.

Cuando renuncié a agarrarme a la vida física, no sentí que necesitara hacer nada en particular para entrar en el otro mundo, como por ejemplo rezar, entonar cánticos, utilizar mantras, perdonar a todo el mundo o cualquier otra cosa. En realidad, cruzar el umbral se parecía más bien a no hacer nada en absoluto. Era como decir (sin dirigirme a nadie en particular): «Vale, ya no tengo nada más que dar. Me rindo. Llévame contigo. Haz lo que quieras conmigo. Que sea lo que tú quieras».

Mientras estaba en el otro mundo en ese estado de claridad, instintivamente comprendí que me estaba muriendo por culpa de todos mis miedos. No había estado expresando mi verdadero ser porque mis preocupaciones me lo impedían. Comprendí que el cáncer no era un castigo ni nada parecido. Era solamente mi propia energía manifestándose en forma de cáncer, debido a que mis miedos no me permitían expresarme como la fuerza llena de magnificencia que era mi verdadero ser.

En ese estado de expansión, me di cuenta de lo mal que me había tratado a mí misma y cuánto me había juzgado a lo largo de mi vida. La enfermedad no era un castigo. Por fin entendí que era a *mí* a quien yo no había perdonado, no a los demás. Yo era la que me estaba juzgando, la que me había abandonado y la que no se quería lo suficiente. No tenía nada que ver con ninguna otra persona. Me vi como una preciosa hija del universo. Sólo con existir ya me merecía el amor incondicional. Me di cuenta de que no necesitaba *hacer nada para merecerlo*: ni rezar, ni suplicar, ni ninguna otra cosa. Vi que nunca me había querido ni valorado, ni había visto la belleza de mi propia alma. Aunque siempre había tenido la magnificencia incondicional a mi disposición, era como si mi vida física la hubiera estado filtrando impidiéndole llegar hasta mí, o como si la hubiera erosionado hasta dejarme sin nada.

Esta comprensión me llevó a darme cuenta de que ya no tenía nada que temer. Pude ver todo aquello a lo que yo (y todos nosotros) tenemos acceso. Y entonces hice

una poderosa elección: regresar. Esa decisión, adoptada desde ese estado de despertar, constituyó una poderosa fuerza que bastó para impulsar mi retorno. Cuando desperté nuevamente en mi cuerpo, supe que todas mis células responderían a mi decisión de regresar, por lo que tuve la certeza de que iba a estar bien.

De vuelta a mi ser físico en el hospital, comprendí que todo mi tratamiento (las pruebas, las biopsias y los fármacos) tenía como única finalidad satisfacer a los que estaban a mi alrededor. Aunque muchas de esas cosas eran extremadamente dolorosas, las permití sabiendo que iba a estar bien de todos modos. Mi yo infinito y lleno de magnificencia había decidido seguir viviendo y expresarse a través de mi cuerpo, y nada de este mundo podía afectar a esa decisión.

Quiero aclarar que mi curación no se debió tanto a una transformación de mi estado mental o a un cambio de creencias como a que finalmente permití que mi verdadero espíritu saliera a la luz. Muchas personas me han preguntado si lo que provocó mi recuperación fue el pensamiento positivo o algo de ese tenor, y mi respuesta es siempre que no. El estado en el que estuve durante mi ECM estaba más allá de la mente, de modo que me curé porque no tenía pensamientos en absoluto, ni perniciosos ni de ningún otro tipo. No estaba en un estado de pensamiento, sino en un *estado de ser*. Era un estado de Conciencia Pura, que es lo que yo llamo «magnificencia». Ese estado de Unidad trasciende la dualidad. Pude entrar en contacto con quien soy realmente, con la parte de mí que es eterna e infinita y que lo abarca Todo. En definitiva, el mío no fue un caso de triunfo de la mente sobre la materia.

No estoy diciendo que sea posible eliminar las enfermedades y crear una vida ideal a base de «pensar» de una cierta manera o desarrollando algún tipo de «creencias». Eso resulta demasiado simplista a veces. De lo que yo hablo es de la conciencia de sí mismo, que es algo diferente. El hecho de atrincherarnos en creencias que ya no nos sirven puede mantenernos bloqueados en un estado de dualidad y mantenernos en un constante estado de enjuiciamiento, de tal manera que consideramos «bueno» o «positivo» todo aquello que creemos y respaldamos, y «malo» todo lo demás.

Además, eso nos obliga a tener que defender nuestras creencias cuando otros no están de acuerdo con ellas. Y cuando invertimos demasiada energía en defender nuestras ideas, nos negamos a abandonarlas incluso cuando ya han dejado de servirnos. A partir de ese momento dejamos de ser propietarios de nuestras creencias y, en cambio, son ellas las que empiezan a dominarnos a nosotros.

Por el contrario, tener conciencia significa simplemente darse cuenta de lo que existe y lo que es posible; y ello sin emitir juicio alguno. La conciencia no requiere de justificación alguna. Se expande a medida que crecemos, y es capaz de llegar a abarcarlo todo llevándonos al estado de Unidad. Ahí es donde se producen los milagros. En contraste, las creencias sólo permiten que se realice lo que a nosotros nos parece creíble, a la vez que limitan o impiden todo lo demás.

Así que no, no fueron mis creencias las que causaron mi curación. Mi ECM me llevó a un estado de pura conciencia, estado que implica la absoluta suspensión de toda idea, doctrina o dogma. Eso le permitió a mi cuerpo «reiniciarse». En otras palabras, para poderme curar fue preciso que hubiera una total ausencia de creencias.

Cuando abandoné por completo mi ardiente deseo de seguir viva, experimenté la muerte; y justo mientras moría, me di cuenta de que no había llegado mi hora. En cuanto acepté abandonar todo lo que siempre había deseado, recibí lo que era verdaderamente mío, y he comprobado que ése es el mayor regalo que jamás pueda llegar a recibirse.

A partir de mi ECM he descubierto que las ideologías van en contra de lo que yo soy, tanto más cuanto más férreas. El hecho de tener que funcionar según unas creencias concretas limita mis experiencias, debido a que me mantiene únicamente dentro del ámbito de lo que conozco. Y dado que mi conocimiento es limitado, al restringirme solamente a lo que soy capaz de concebir limito mi potencial y reduzco lo que permito que entre en mi vida. Sin embargo, cuando puedo aceptar que mi conocimiento es incompleto y me permito residir confortablemente en la incertidumbre, se abre ante mí un universo de posibilidades infinitas.

A partir de mi ECM, me doy cuenta de que me siento más plena y poderosa cuando soy capaz de soltarlo todo, de suspender tanto mis creencias como mis incredulidades, y me permito permanecer abierta a *todas las posibilidades*. Es entonces cuando soy también capaz de experimentar la máxima claridad interior y la perfecta sincronización con todo. Tengo la impresión de que el mero hecho de *necesitar certidumbre* es ya de por sí un obstáculo para llegar a experimentar mayores niveles de conciencia. Por el contrario, el proceso de soltar y liberar todo vínculo o apego con cualquier creencia o resultado es, en sí mismo, catártico y curativo. La paradoja es que, para que suceda la verdadera curación, hay que abandonar la necesidad de curarse y, simplemente, dejarse llevar, confiar y disfrutar del viaje que es la vida.

Fue para mí muy importante darme cuenta de que soy mucho más que mi biología, de que soy infinitamente más que eso. Me gustaría reiterar una vez más que la enfermedad *no es culpa nuestra*. Creer que se es culpable puede ser causa de frustración para quien está enfermo. No es así; no hay culpa. Lo que *sí ocurre es que nuestra biología responde a nuestra conciencia*; también responden a ella nuestros hijos, nuestras mascotas y todo lo que nos rodea. Nuestra conciencia puede cambiar las condiciones de nuestro planeta mucho más de lo que nos imaginamos. Y esto es así debido a que todos estamos conectados; esto es algo que, por mucho que lo repita, nunca será suficiente.

Para mí, el primer paso hacia la conciencia plena es comprender cómo forja todo la naturaleza y cuál es su intención tras todo ello. Esto significa ser conscientes de nuestros cuerpos y de lo que nos rodea, y ser capaces de respetar la esencia de las cosas sin necesidad de cambiarlas o de que sean de un modo diferente (y eso nos

incluye a nosotros mismos). Debemos comprender con qué magnificencia el universo *intenta que seamos nosotros mismos sin necesidad de cambiar*. No hay que esforzarse por vivir conforme a la expectativa de perfección de otras personas para luego sentirnos inadecuados cuando fracasamos miserablemente.

Estoy en mi estado más pleno y poderoso cuando me permito ser la persona que la vida intenta que sea. Y por eso mi curación se produjo solamente cuando cesaron por completo todas las acciones conscientes por mi parte y la fuerza de la vida se hizo cargo de todo. En otras palabras, estoy en mi estado más pleno y poderoso cuando trabajo *con la vida, en vez de contra ella*.

Desde luego, es muy fácil hablar de curación cuando uno ya la ha experimentado, o decir que sólo hay que confiar y dejarse llevar y permitir que el flujo de la vida se ocupe de todo; pero cuando uno está pasando por un periodo muy complicado, es muy difícil hacerlo o tan siquiera saber por dónde empezar. Sin embargo, creo que la respuesta es más simple de lo que parece, aunque es uno de los secretos mejor guardados de nuestro tiempo: lo único que hay que hacer es, simplemente, *amarse a sí mismo*. Puede que hayas fruncido el ceño o hecho una mueca al leerlo, pero no puedo dejar de hacer hincapié en lo importante que es cultivar un profundo amor por uno mismo.

No recuerdo haber sido *jamás alentada a quererme. Nunca*. De hecho, ni siquiera se me habría pasado por la cabeza hacer algo así, porque si lo haces parece que estás siendo egoísta. Sin embargo, mi ECM me permitió descubrir que ésa era la clave de mi curación.

En el tapiz de la vida todos estamos conectados. Cada uno de nosotros es un regalo para los que tiene a su alrededor, ayudándonos unos a otros a ser lo que somos y tejiendo entre todos un cuadro perfecto. Durante mi ECM todo esto me quedó totalmente claro, porque comprendí que *ser yo misma es ser amor*.

Y ésta es la lección que me salvó la vida.

Muchos de nosotros todavía creemos que hay que esforzarse para dar amor a los demás, pero eso significa vivir en dualidad, ya que hay una persona que da amor y otra que lo recibe. Darse cuenta de que *somos amor* trasciende esa dualidad. Significa comprender que no hay separación entre tú y yo, y al darme cuenta de que yo soy amor, entonces sé que tú también lo eres. Así, cuando me surge cuidarme a mí misma, automáticamente me surge hacer lo mismo por ti.

Durante mi ECM me di cuenta de que el universo entero está compuesto de amor incondicional y que yo soy una expresión de él. Cada átomo, cada molécula, cada *quark y tetraquark* están hechos de amor. Y yo no puedo ser ninguna otra cosa, porque ésa es la naturaleza del universo entero y esa misma es mi propia esencia. Incluso las cosas que parecen negativas son parte del infinito e incondicional espectro del amor. De hecho, la energía que constituye la fuerza vital del Universo *es el amor*, y yo estoy compuesta de la energía Universal. Darme cuenta de esto me hizo comprender que yo no tenía necesidad de intentar ser otra persona para merecerme

nada. Yo ya era todo lo que debía ser.

Por lo mismo, cuando sabemos que *somos amor* no necesitamos esforzarnos por *dar amor a los demás*. Por el contrario, nos basta con ser fieles a nosotros mismos para convertirnos de inmediato en instrumentos de la energía amorosa y tocar con ella a cualquiera con el que entremos en contacto.

Ser amor significa también ser consciente de la importancia de nutrir mi propia alma y de atender mis necesidades sin ponerme siempre en último lugar. Eso me permite ser fiel a mí misma en todo momento y tratarme con total respeto y amabilidad. También me permite contemplar imparcialmente lo que puede interpretarse como imperfecciones o errores, sin juzgarlos y viendo en ellos sólo oportunidades de experimentar y aprender, siempre con amor incondicional.

La gente me pregunta si hay peligro de excederse en el amor por uno mismo. ¿Dónde está la frontera —me preguntan— a partir de la cual empieza a ser un acto egoísta o narcisista? Para mí no cabe esa posibilidad. No hay frontera alguna. El egoísmo proviene de la *falta de amor* por nosotros mismos. El padecimiento de nuestro planeta se debe a esa carencia, al igual que el nuestro como seres humanos, a lo que se suma el exceso de inseguridad, de enjuiciamiento y de condicionamientos. Para poder ayudar y amar a alguien de manera verdaderamente incondicional debo primero albergar ese sentimiento hacia mí misma. No puedo dar lo que no tengo. Decir que tengo a otra persona en más estima que a mí mismo es irreal y sólo significa que estoy fingiendo.

Cuando estoy *siendo amor*, no siento desgaste ni me hace falta que las personas se comporten de cierta forma para que el amor las incluya o para compartir mi magnificencia con ellas. Ellas obtienen mi amor automáticamente a raíz de que yo estoy siendo mi verdadero ser. Y si no soy juez de mí misma, tampoco lo soy de los demás.

A la luz de todo esto, he aprendido que es importante no ser muy dura conmigo misma cuando estoy pasando por problemas o experimentando desafíos. A menudo el problema no es la causa del conflicto, sino el juicio al que yo me someto a mí misma. Cuando dejo de ser mi peor enemiga y empiezo a quererme más, me vuelvo más tolerante y más permisiva, y automáticamente tengo menos y menos fricciones con el mundo que me rodea.

Cuando somos conscientes de nuestra propia magnificencia, dejamos de sentir la necesidad de controlar a los demás, a la vez que no permitimos tampoco que nos controle nadie. Cuando desperté a mi yo infinito, me quedé asombrada al comprender que mi vida podía cambiar radicalmente con sólo darme cuenta de que *soy amor* y siempre lo he sido. No tengo que hacer nada para merecerlo. El hecho de comprenderlo significa inmediatamente que estoy *colaborando con la energía de la fuerza de vida, mientras que esforzarse por ser amoroso es trabajar en contra de ella*.

Darme cuenta de que *soy amor* fue la lección más importante que aprendí. Esa

comprensión me permitió librarme de todos los miedos, y ésa es la clave que salvó mi vida.

CAPÍTULO 16

Los yo infinitos y la energía universal

Durante mi experiencia cercana a la muerte, me sentí conectada con el universo entero y con todo lo contenido en él, y el cosmos estaba vivo, consciente y en permanente dinamismo. Descubrí que cada pensamiento, emoción o acción que brotaba de mí mientras me expresaba a través de mi cuerpo físico tenía un efecto en el Todo. De hecho, en ese ámbito de Unidad era como si el universo entero fuera una extensión de mí. Desde luego, esta percepción ha cambiado drásticamente mi manera de ver las cosas. Ahora sé que todos estamos cocreando conjuntamente este mundo, así como nuestras vidas dentro de él, mediante nuestras emociones, pensamientos y acciones.

El lenguaje no es una herramienta adecuada para expresar algo que no se puede percibir a través de nuestros cinco sentidos, de modo que no es tarea fácil encontrar las palabras correctas para expresar mi comprensión de lo que sucedió durante la experiencia. No obstante, en este capítulo voy a esforzarme por compartir contigo lo más claramente posible lo que sentí acerca de este mundo físico, de cómo nos movemos por él y de cómo está cambiando para mejor.

Primero es importante que entiendas que mi ECM no se parece a nada que yo hubiera experimentado antes. No tuvo un principio o un final definidos. Fue más bien como una puerta que, una vez abierta, ya nunca se cierra. Esa vivencia inició un proceso de comprensión continuo, progresivo y paulatinamente cada vez más profundo, abierto a nuevas posibilidades sin fin.

Dado que las palabras son una pobre herramienta para expresar este tipo de fenómenos, lo que escribo aquí sólo aspira a suscitar las emociones apropiadas en tu interior. Mi propia comprensión sigue aumentando y expandiéndose, incluso después de compartir estas líneas, así que tomar estas palabras de manera literal o como la verdad definitiva puede mantenernos estancados y bloqueados, aferrados a ideologías caducas. Ahora sé que todo lo que necesito está ya contenido en mi interior, siempre a mi disposición con sólo abrirme a lo que siento que es verdad para mí…, y eso mismo es igual de cierto para ti.

Debido probablemente a la cultura en la que fui educada, antes de mi ECM solía pensar que el propósito de la vida era alcanzar el nirvana, es decir, evolucionar más allá del ciclo de nacimientos y muertes de la reencarnación con la aspiración de no regresar nunca más al mundo físico. Si en lugar de ser hindú hubiera crecido inmersa por completo en la cultura occidental, tal vez habría creído que el propósito de esta vida era llegar al cielo. Con independencia de la cultura en la que haya sido uno educado, es bastante común en todas las personas aspirar a alcanzar un estado

perfecto tras la muerte.

Sin embargo, a partir de mi ECM veo las cosas de modo diferente. Aunque sé que seguiré viviendo más allá de este plano y ya no tengo miedo a la muerte física, he perdido el deseo de estar en un lugar distinto al que estoy ahora. Es curioso, pero me siento más arraigada, con los pies más en la tierra, y ahora mi atención se centra en contemplar lo perfecta que es la vida en este momento, más que en pensar en el otro plano.

Esto es así debido principalmente a que mi ECM desmontó el concepto convencional de reencarnación, según el cual hay una progresión de vidas que se suceden secuencialmente una tras otra. Vi que el tiempo no se mueve linealmente, excepto cuando utilizamos el filtro de nuestros cuerpos y mentes físicas. Pero cuando ya no estamos limitados por nuestros sentidos terrenales, vemos que todos los momentos existen simultáneamente. He llegado a la conclusión de que el concepto de la reencarnación es tan sólo una interpretación; es la manera que tiene nuestro intelecto de dotar de algún sentido a todas esas existencias que están sucediendo a un tiempo y a la vez.

Lo habitual es pensar y concebir el tiempo como algo que pasa, que «transcurre», pero en mi ECM vi que no es así. El tiempo simplemente *es*, y somos nosotros los que nos movemos por él. Ello implica que todos los puntos temporales existen simultáneamente, todos a la vez; pero eso también conlleva que en el otro ámbito es posible moverse más rápido o más lentamente en términos temporales, e incluso hacia atrás o hacia los lados.

En el plano físico, sin embargo, estamos limitados por nuestros órganos sensoriales. Nuestros ojos sólo perciben lo que sucede en este instante, y lo mismo sucede con nuestros oídos y demás sentidos. La mente sólo puede existir en un único momento, y después encadena cada uno de esos momentos únicos formando una progresión lineal. Pero cuando salimos de nuestros cuerpos, ya no percibimos el tiempo y el espacio con la vista, el oído, el tacto, el gusto o el olfato, sino con nuestra conciencia. En ese estado somos pura conciencia, y la conciencia engloba todo tiempo y todo espacio simultáneamente.

Yo experimenté eso durante mi ECM. Era consciente de mi hermano viajando en avión hacia donde yo estaba, y a la vez de las conversaciones que los médicos mantenían fuera de la habitación, en el pasillo ubicado a varios metros de donde yo yacía. Entendí muchos aspectos de mi vida futura y de cómo se irían desarrollando los acontecimientos en el tiempo, así como lo que ocurriría si no regresaba a la vida. Eso me demostró que el tiempo, el espacio y la materia sólida no siempre existen tal como nosotros solemos concebirlos. Durante mi ECM sentí que podía enfocar cualquier punto temporal al que necesitara acceder.

Debido a ello, creo que cuando alguien tiene un vislumbre de lo que hasta ahora solía interpretarse como una «vida pasada», en realidad está accediendo a existencias *paralelas o simultáneas,* ya que todo el tiempo existe a la vez. Y puesto que todos

estamos conectados, es posible experimentar estados de conciencia en los que se filtran en nuestro momento presente vislumbres de la realidad de otras personas, los cuales penetran en nuestra consciencia como si se tratara de recuerdos.

La nueva perspectiva desde la cual veo ahora las cosas me ha llevado a cuestionarme la intención con que vivimos y el propósito de nuestra vida. Si la reencarnación y el tiempo no existen en la forma en que nos han enseñado a la mayoría a creer, ¿no estarán nuestros objetivos orientados totalmente al revés? ¿Y si resulta que el cielo o el nirvana están en realidad *aquí, también en esta expresión física, en vez de más allá, en la otra vida*?

Siento que elegimos encarnarnos en un cuerpo físico con el fin de expresar el amor, la pasión y el resto del abanico de emociones humanas que no es posible experimentar separadamente en el estado de conciencia pura y de Unidad. ¿Y si esta vida en este planeta fuera el espectáculo principal, el escenario central donde transcurre la acción, y es precisamente aquí donde queremos estar?

Esta realidad en la que nos hallamos es el campo de juego donde sucede la manifestación. No parece que estemos aquí con el fin de aprender algo o ganar experiencia alguna para la otra vida; eso no tendría mucho sentido, dado que allí no se necesita nada de eso. Más bien, estamos aquí para experimentar este universo físico y llevarlo a evolucionar junto con nuestras vidas dentro de él. Yo decidí volver cuando me di cuenta de que la vida aquí era el estado más deseable para mí en ese momento. No necesitamos aguardar a morir para experimentar el nirvana. *¡Nuestra verdadera magnificencia existe ya aquí, ahora mismo!*

La razón por la que los humanos nos sentimos tan vulnerables y temerosos ante la muerte es que elaboramos en términos humanos nuestras ideas acerca de la otra vida y de nuestros dioses. Asignamos a nuestros ideales los mismos rasgos físicos y valores falibles que nos caracterizan y que tan vulnerables nos hacen, valores como el miedo, la venganza, el juicio o el castigo, y entonces proyectamos toda nuestra fuerza y poder sobre nuestras propias creaciones.

Pero si todo tiempo y experiencia existen ahora de manera simultánea, y lo que realmente sucede es que nosotros simplemente nos movemos por todo ello a medida que vamos expresando nuestra magnificencia en el mundo físico, entonces no tenemos nada que temer. No hay necesidad de sentir ansiedad por lo que vendrá a continuación. Está a nuestro alcance reconocer la energía de la que ya somos parte, y *ser amor en todos y cada uno de los aspectos de nuestras vidas*.

Es una pena que sigamos buscando las respuestas fuera de nosotros mismos: en la religión, la medicina, los estudios científicos, los libros o en otras personas. Pensamos que la verdad está ahí fuera, siempre esquiva. Pero lo único que logramos con esa búsqueda externa es alejarnos más y más de quien somos de veras y hallarnos cada vez más extraviados. El universo entero está dentro de nosotros. Mis respuestas están dentro de mí, al igual que las tuyas yacen asimismo en tu interior. Todo lo que parece ocurrir externamente está ocurriendo con el fin de desencadenar algo en

nuestro interior que nos expanda y nos lleve de vuelta a lo que verdaderamente somos.

Para tratar de describir lo que somos de veras suelo utilizar el término «yo infinito» en lugar de otros términos tales como «yo superior», «alma» o «espíritu». Con el fin de alcanzar un poco más de claridad a pesar de las dificultades verbales, debes comprender que con esta expresión de «yo infinito» me estoy refiriendo al aspecto de mí que durante mi ECM fue consciente de que no soy sólo mi cuerpo físico; me refiero a ese aspecto que sintió que yo era una con todo y con cada cosa. Estaba fundida con todo en pura conciencia, como un ser infinito y magnificente, sintiendo con total claridad la razón de estar en este cuerpo y en esta vida en este preciso punto del tiempo. Es también el aspecto de mí que comprendió que la ilusión de separación se origina cuando nos identificamos en demasía con lo externo.

Creo que nuestros yo infinitos están todos conectados, lo cual resulta evidente cuando abandonamos nuestros cuerpos físicos. En el estado de conciencia pura todos somos Uno. Muchas personas han sentido esa unidad cuando han vivido experiencias espirituales intensas o mientras se hallaban en medio de la naturaleza. También pueden sentirla con cierta facilidad quienes trabajan con animales o los que tienen mascotas. A veces experimentamos sincronicidades o incluso percepciones extrasensoriales (PES) y otros fenómenos similares como resultado de ser Uno con toda la creación. Pero como la mayoría de la gente no es consciente de esta realidad, estas percepciones no suceden con la frecuencia que cabría esperar.

En verdad, yo no soy mi cuerpo, mi raza, mi religión ni cualquier otra creencia, ni tampoco lo es ninguna otra persona. Nuestro ser real es infinito y mucho más poderoso, una entidad completa y total que no se puede romper ni dañar de forma alguna. El «Mí» infinito contiene ya todos los recursos que necesito para navegar por la vida, pues yo soy Uno con la energía Universal. De hecho, yo *soy la energía Universal*.

Durante mi ECM no había nada que quedara fuera de mi conciencia acrecentada, porque yo era una con toda la energía universal. Era como si yo abarcara la totalidad. En ese estado sentía una claridad absoluta y lo sabía todo. Parecía como si fuera todo y existiera en todo.

Lo que provocó mi curación fue la capacidad de ver mi propia magnificencia y de darme cuenta de que el universo entero y yo somos uno y lo mismo. Me volví consciente de que no hay una creación externa que esté separada de mí; porque la misma palabra «externa» sugiere separación y dualidad, y tal cosa no existe en realidad. Vivir con esta conciencia me permite continuar interactuando en el mundo físico con fuerza, amor y coraje.

Para explicar esto mismo desde otra perspectiva, te puedo decir que, aunque he estado utilizando la expresión «energía Universal», podría haber utilizado igualmente las palabras «*chi», «prana» o «ki»*. Estos términos significan «energía de la fuerza de vida» en mandarín, hindi y japonés, respectivamente. El término «*chi*» es el mismo

que aparece en «*tai chi*» y «*chi gong*», y «*ki*» el mismo que figura en la palabra «*reiki*». En resumidas cuentas, todas estas expresiones se refieren a la Fuente de la Vida, la misma que fluye a través de todos los seres vivos y que, de hecho, llena todo el universo y es inseparable de él.

El *chi* no juzga ni discrimina; fluye a través de todo y de todos, tanto de un gurú que ha experimentado la iluminación como de una simple babosa. Es útil darse cuenta de esto, ya que si describimos la energía con diversas palabras (por ejemplo, «Fuente», «Dios», «Krishna», «Buda» o cualquier otra), puede que a algunas personas les resulte difícil ver más allá de los apelativos. Estos términos significan cosas diferentes para diferentes personas, y además parecen superponer una forma a lo infinito. A menudo esas etiquetas llevan incorporadas determinadas expectativas, de modo que nos encierran en la dualidad y nos llevan a ver esa energía como una entidad separada de nosotros. Pero la energía Universal, al igual que nuestro estado de conciencia pura, necesita preservarse ilimitada y sin forma para ser una con nosotros y crear curación, magia y milagros.

Durante mi ECM sentí intensamente que todos estamos conectados a esa energía Universal, que todos somos Uno con ella. Todos y cada uno de nosotros tenemos esa mágica y magnificente fuerza vital fluyendo por cada una de nuestras células. Esa fuerza de vida no es una entidad externa, sino un estado de ser; es un fenómeno inmanente al ser. Está a la vez dentro, fuera y por todas partes. Todos estamos conectados con ella, sin importar a qué raza, religión, cultura o sistema de creencias pertenezcamos; simplemente, porque estamos vivos. De hecho, *somos esa corriente universal*. No tenemos que hacer nada, ser nada o probar nada para acceder a ella. Todos somos seres magnificentes y poderosos, todos tenemos acceso a ella por igual y somos todos uno y lo mismo con ella.

Lo único que nos impide darnos cuenta de esa energía es nuestra mente, es decir, nuestros pensamientos y, especialmente, nuestras creencias autolimitantes sobre nosotros mismos. La profunda liberación que he descrito y que me condujo a mi ECM se debió precisamente a que mi intelecto abandonó toda idea y gracias a ello desaparecieron todas mis creencias autolimitantes, lo cual permitió que la energía universal se manifestara libremente. Una vez que mi mente se quitó de en medio, dejé de luchar contra la naturaleza del universo en mi afán de curarme y entonces las compuertas se abrieron y permití que el *chi* fluyera a su albedrío.

Al principio puede ser complicado y prestarse a engaño distinguir si lo que nos mueve es la mente o nuestra verdadera identidad. La diferencia es que la mente tiene relación con el *hacer*, mientras que el alma tiene que ver más bien con el *ser*. El yo infinito es nuestra esencia, es lo que somos de veras, tal como he descrito en el capítulo anterior cuando hablaba de la importancia de ser amor. El intelecto es sólo una herramienta para navegar por esta vida; sabe cómo hacer para obtener el dinero suficiente para ganarnos el sustento y pagar el alquiler, mientras que el alma sólo busca ser y expresarse.

Si vamos a comprar una casa, la mente acotará las opciones definiendo una ubicación práctica, estableciendo un presupuesto económico, etc. Pero nuestros instintos e intuiciones residen en el yo infinito, de modo que la decisión final sobre el lugar donde vivir surge más bien de modo completamente visceral: una ubicación nos transmite buenas vibraciones y nos resulta agradable sin que haya una razón lógica que pueda explicarlo. Ése es el yo infinito en acción.

A veces el ajetreo de nuestras vidas nos lleva a olvidarnos de que estamos conectados con la energía Universal y de que tenemos esas capacidades naturales. Dejamos de escucharnos a nosotros mismos y empezamos a ceder nuestro poder a fuerzas externas (jefes, profesores o amigos). El hecho de apartarnos de nuestros sentimientos nos lleva también a perder la consciencia de nuestra propia magnificencia, pues las emociones son el portal del alma. Pero como somos seres complejos, intentamos controlar nuestros sentimientos.

Cuando vivimos únicamente desde la mente durante un prolongado período de tiempo, perdemos el contacto con el yo infinito y entonces nos sentimos extraviados. Esto ocurre cuando permanecemos en el modo «hacer» todo el tiempo, en vez de estar en el modo «ser». Este último modo implica vivir afincados en el alma, y es un estado de aceptación, de permitir, de dejar ser. Significa permitirnos ser quien somos y lo que somos sin juzgarnos. Estar en el modo «ser» no significa que no hagamos nada, sino que nuestras acciones son fruto de las emociones y sentimientos que nos fluyen mientras nos hallamos asentados y atentos en el momento presente. Por otro lado, el «hacer» está orientado hacia el futuro, con la mente dedicada a crear una serie de tareas que nos sacan del aquí y ahora para llevarnos a un allá, con el fin de lograr un objetivo concreto, al margen de nuestro estado emocional actual.

He descubierto que para determinar si mis acciones nacen del «hacer» o del «ser» sólo necesito analizar la emoción que hay detrás de mis decisiones cotidianas. Me pregunto: ¿Mis acciones provienen del miedo o de la pasión? Si lo que hago a lo largo del día está motivado por la pasión y por el disfrute de vivir, entonces estoy en el «ser». Pero si mis acciones son resultado del miedo, entonces estoy en el modo «hacer».

Cuando nos sentimos descarriados, pensamos que hay algo que no funciona concretamente en nosotros y que tenemos que hacer o conseguir algo para así volver a estar bien, de modo que salimos afuera en busca de respuestas. Por ejemplo, recurrimos a otras personas con la esperanza de que nos podrán arreglar. Y puede que nos sintamos mejor durante un tiempo, pero eso, por lo general, no dura mucho y al final acabamos sintiéndonos peor. Sin embargo, cuando comenzamos realmente a entrar en armonía con quien la vida pretende que seamos, y nos sintonizamos con las emociones que nos motivan, entonces volvemos a conectarnos con nuestra alma y con la esencia de nuestra magnificencia. Lo cierto es que recuperamos nuestro poder y hallamos claridad cuando permitimos esa conexión; entonces nuestras vidas empiezan nuevamente a funcionar.

Cuando nos afincamos en este estado de «ser quienes somos», podemos igualmente optar por aprender cosas de agentes externos, ya sean gurús, maestros, libros o filosofías espirituales. Pero al estar asentados en ese estado, somos conscientes de nuestra propia magnificencia interior y de nuestra verdad, en vez de creer que son los demás quienes tienen un poder del que nosotros carecemos. De hecho, cuando nos percatamos de nuestra magnificencia y vivimos afincados en nuestra verdadera naturaleza amorosa, atraemos al profesor adecuado, el libro idóneo o la filosofía espiritual correcta, que aparecerán sincrónicamente en el momento oportuno.

Por desgracia, ser inconscientes de nuestra magnificencia puede tener consecuencias mucho mayores que la de sentirse meramente extraviados, aunque todas ellas comparten la misma esencia. Durante mi ECM percibí que todos los juicios, odios, celos y miedos afloran en la gente que no es consciente de su verdadera grandeza. El hecho de no tener conciencia de nuestra perfección hace que nos sintamos pequeños e insignificantes, y va *contra el flujo natural de la energía de la fuerza de vida, contra eso que realmente somos. Es decir, vamos en contra de nosotros mismos*.

Tal como ahora lo veo, si nos animaran a expresar quiénes somos de veras, todos seríamos seres llenos de amor y cada uno aportaría al mundo su peculiaridad única. Los problemas y los conflictos son resultado de *no saber quiénes somos* y de nuestra incapacidad de mostrar nuestra belleza interior. Hemos erigido demasiados juicios sobre qué es lo «perfecto», y ello nos conduce a la duda y a la competitividad. Como sentimos que no somos lo bastante buenos, vamos por ahí fingiendo que somos otra cosa. Pero si todos nosotros nos diéramos cuenta de nuestra magnificencia y nos sintiéramos bien con nosotros mismos, lo que haríamos sería compartir nuestra naturaleza única, la cual expresaríamos de manera amorosa a imagen de nuestra propia autoestima.

De ello se deduce que los problemas que hay en el mundo no provienen de los juicios o el odio que albergamos hacia los *demás, sino del que sentimos hacia nosotros mismos*. Así como la clave de mi curación fue el amor incondicional hacia mí misma, que eliminó mis miedos, así también la clave para un mundo mejor es que todos nos queramos a nosotros mismos de este mismo modo, dándonos cuenta de nuestra verdadera valía. Si dejamos de juzgarnos a nosotros mismos, cada vez encontraremos menos y menos razones para condenar a los demás. Habremos empezado a percibir su verdadera perfección. El universo está todo él contenido en nuestro interior, y lo que experimentamos externamente es sólo un reflejo nuestro.

Tengo el profundo convencimiento de que nadie es verdaderamente malvado en el fondo, de que la maldad es sólo producto de nuestros miedos, al igual que lo fue mi cáncer. Desde la perspectiva de la magnificencia, incluso los criminales son víctimas de sus propias limitaciones, de su miedo y de su dolor. Si tuvieran verdadera conciencia de sí mismos, nunca habrían causado ningún daño, para empezar. Un

estado mental diferente (por ejemplo, un estado de confianza plena en vez de un estado de terror) puede redimir por completo incluso a la persona más depravada, al igual que en mi caso revirtió mi gravísimo cáncer hasta la curación total.

Como la mayoría de las personas no viven en esa claridad de la autoconciencia, hacen falta leyes, juicios, recompensas y castigos para evitar que las personas nos hagamos daño unas a otras. Si todo el mundo fuera consciente de su magnificencia, nadie se vería impulsado por el miedo. Entonces no necesitaríamos reglas, cárceles… u hospitales.

Si todas las personas nos diéramos cuenta súbitamente de nuestra verdadera perfección y magnificencia; por ejemplo, si todos los habitantes del planeta tuvieran de repente una experiencia espiritual transformadora, entonces el mundo exterior, que no es más que nuestra manifestación, cambiaría inmediatamente reflejando ese nuevo estado. La gente tendría más poder personal y sería mucho menos temerosa y competitiva, lo que llevaría a una mayor tolerancia de los unos con los otros. La tasa de crímenes caería en picado. Nuestros sistemas inmunitarios serían más vigorosos, debido a que sentiríamos menos estrés y menos miedo, así que habría menos enfermedades. Las prioridades cambiarían, porque ya no estaríamos impulsados por la codicia, que no es más que otra faceta del miedo. Los niños crecerían *siendo amor, y serían más vigorosos y sanos*, y tendrían más confianza. Vivirían en un planeta que sustentaría de forma natural esa forma de vida armoniosa, en vez de en un lugar hostil que la combate.

A pesar de esta visión, no siento la necesidad de cambiar a nadie, y mucho menos al mundo en general. Salir al mundo para alterar las cosas sería señal de que juzgo que el mundo y las cosas están mal y son erróneas, y por eso necesito arreglarlas para que encajen con mi propia visión o ideología. Por el contrario, sé que todo es tal y como debe ser en este momento. Sé que mi única tarea es *ser*. Mi tarea aquí es ser yo misma, es decir, ser la expresión del amor que soy y ver la perfección en mí misma, en los demás y en el mundo que me rodea mientras sigo viviendo en este plano físico. Y eso es todo lo que cualquiera de nosotros necesita ser.

Comprendo el papel que todas las personas de mi familia y de mi círculo más amplio han desempeñado y desempeñan en mi vida, así como yo en las suyas. Si yo no soy fiel a mí misma, entonces los que me rodean tampoco pueden ser ellos mismos. Ser mi propio yo único y verdadero es lo que permite a los demás interactuar conmigo al nivel de su propio ser infinito.

En tanto que mantengo esta conciencia, me siento una con la energía Universal, a medida que esta fluye por mi vida desplegándose de maneras milagrosas y plenas de sincronicidades. Mientras ello sucede, me siento llena de energía en vez de drenada, enaltecida por el *ser en vez de abrumada por el hacer, trabajando con la energía universal en vez de contra ella*. En tanto que prosigo así, mi vida adquiere una especie de cualidad zen, de presencia, hasta el punto de que está imbuida de una sensación casi surrealista de que todo está en su sitio y no hay nada dejado al azar.

Eso no implica necesariamente que la vida sea siempre fácil, pero sí la hace mucho más divertida. Yo todavía estoy en proceso —sigo en obras, por así decir— pero prácticamente lo único que tengo que hacer es ser el amor que soy: ser *quien soy*. Mi universo exterior ocupará su lugar como resultado de ello, y lo mismo sucede a gran escala, es decir, para todos.

Así como cada cual creamos nuestras propias vidas momento a momento mediante nuestros pensamientos y emociones, así también hemos decidido colectivamente lo que es humanamente posible y lo que no. De este modo, pensamos que nuestra moral y nuestros valores son absolutos, pero la verdad es que son un conjunto de ideas y creencias que hemos adoptado como ciertas a lo largo del tiempo. En realidad, no son más que un constructo de nuestras mentes y un producto de nuestras culturas, igual que las expectativas que tenía yo de joven acerca de cómo debía comportarse una mujer y que tanto influyeron en mi pensamiento en aquel entonces. Como yo creía que esos valores eran absolutamente ciertos, tuvieron un poderoso efecto sobre mí. La realidad que hemos creado en conjunto refleja nuestra falta de conciencia. Si las ideas y las creencias de todo el mundo fueran diferentes, tendríamos un planeta diferente.

Según parece, este mundo es continuamente la culminación de todas nuestras ideas y creencias colectivas tal cual se forjan en cada momento. Sólo nos expandimos a la velocidad que somos capaces de asumir en un momento dado, tanto individual como colectivamente. Seguimos juzgando a los que cometen crímenes como criminales que merecen ser condenados no sólo en esta vida, sino también en el más allá. Somos incapaces de verlos como víctimas del miedo, como creaciones de una realidad que nosotros, como un todo, hemos edificado.

Cuando cada uno de nosotros seamos capaces de mirar a los ojos incluso a nuestro peor enemigo y ver en su mirada nuestra propia mirada, entonces se producirá una verdadera transformación en la raza humana. Uno por uno, cada uno de nosotros puede centrarse en crear la realidad por sí mismo basada en su propia verdad, en vez de seguir ciegamente lo establecido por las creencias e ideas colectivas. Al expandir nuestra consciencia a nivel individual estaremos produciendo un cambio a nivel universal.

Cada uno de nosotros es como un hilo único entretejido en el seno de un inmenso tapiz dotado de un diseño colorido y complejo. Puede que sólo seamos una hebra, pero somos parte integral del diseño global. Simplemente por el mero hecho de elegir si vamos o no a ser de veras nosotros mismos estamos ya afectando a las vidas de todos los demás. Nuestra única obligación hacia los demás, nuestro único propósito y motivación, es expresar nuestro ser único y permitir con ello hacer lo mismo a los demás.

El hecho de darnos cuenta de que la Luz, la magnificente energía Universal, está dentro de nosotros y *es nosotros*, nos cambia como individuos, porque hace que estemos abiertos y dispuestos. De este modo puede producirse en el mundo un

cambio lento pero profundo. En el siguiente capítulo ahondaré un poco más en lo que he llegado a comprender acerca de lo que es la vida en este plano.

CAPÍTULO 17

Aceptar, permitir y ser tú mismo

Creo que ya lo he dicho antes, pero merece la pena repetirlo: ahora vivo mi vida desde la alegría y no desde el miedo. Ésa es la sencillísima diferencia que hay entre la persona que era antes de la ECM y la que soy ahora.

Antes, sin tan siquiera darme cuenta de ello, me dedicaba casi por completo a evitar el dolor o a agradar a los demás. Estaba atrapada haciendo, persiguiendo, buscando y consiguiendo cosas, y siempre tenía en cuenta a los demás antes que a mí; yo siempre era la última. Mi vida estaba gobernada por el miedo, ya fuera el miedo a disgustar a los demás, a fracasar, a ser demasiado egoísta, insuficiente o inadecuada. Me parecía que nunca daba la talla.

Sin embargo, a partir de mi ECM ya no siento que haya regresado a la vida con el fin de *lograr alguna cosa*. Sólo he vuelto para ser lo que soy. Debido a ello, todo lo que hago viene del amor. Ya no me preocupo por tratar de hacer las cosas correctamente o por cumplir con reglas o doctrinas. Tan sólo sigo el impulso de mi corazón, sabiendo que no hay modo de equivocarme cuando sigo su dictado. La paradoja es que ahora agrado a la gente más de lo que la agradaba antes con mi antiguo yo; simplemente, porque ahora soy mucho más feliz y porque además me siento libre.

Este talante ha ejercido también un gran impacto sobre mi salud. Como ahora me veo como un ser infinito, el cuerpo físico se ocupa de sí mismo, porque no es más que un reflejo de lo que está ocurriendo dentro de mi alma. El amor incondicional que siento por mí incrementa inmensamente mi energía, y el universo entero actúa en consecuencia.

El mundo exterior refleja lo que sentimos por nosotros mismos. Así, al abandonar cualquier juicio negativo sobre nosotros, permitimos que nuestro mundo se transforme. A medida que ello ocurre, vamos sintiendo más y más confianza, y cuanto más confiamos, más podemos abandonar el afán de controlar el resultado. Cuando nos dejamos llevar por ese flujo en vez de adherirnos dogmáticamente a las doctrinas de los demás o a las creencias que adquirimos en algún momento y que ahora ya no nos sirven, empezamos a reflejar con mayor precisión quienes somos de veras y lo que somos realmente.

Tal como he descrito anteriormente, hasta que experimenté mi ECM siempre había buscado guía y ayuda fuera de mí misma, tanto para conseguir la aprobación de mis iguales o de mis jefes como para intentar hallar las respuestas en los demás. Seguía las opiniones, consejos, enseñanzas y leyes establecidas por otras personas, tanto si sentía que eran buenas para mí como si no. A menudo me adhería a los

rituales o a las enseñanzas por miedo, por si acaso los demás tenían razón y poseían más información o conocimiento que yo.

Durante mi ECM descubrí que me había perdido a mí misma a base de prestar oídos a todas esas voces externas. Hacer las cosas «por si acaso» significa que las haces por miedo. Pero ahora ya no sigo ninguna metodología, orden, ritual, dogma o doctrina establecidos. ¡De hecho, una de mis reglas más importantes es que no debería haber nunca reglas rígidas o difíciles! Sólo presto atención a lo que *siento* que es correcto en cada momento. Para mí la vida es una experiencia espiritual, y estoy cambiando y evolucionando todo el tiempo.

Si somos seres energéticos inseparables de la fuerza de vida Universal, no necesitamos que ningún sistema externo tome decisiones por nosotros o nos diga cómo debemos aumentar o reducir nuestra energía. Todos somos únicos, así que nadie puede establecer reglas universales que digan qué es lo correcto para todos. Sin embargo, eso es lo que parecen hacer la mayoría de las religiones y de los sistemas espirituales organizados. Tan pronto se establece una estructura ideológica o de creencias, esta intenta obligar a todo el mundo a seguir los principios que la fundamentan. Entonces aquellos que eligen no hacerlo son juzgados negativamente, y éste es el modo y la razón por los que las religiones organizadas crean divisiones y conflictos, en vez de la unidad que aspiran a establecer con esas mismas reglas. Seguir una senda religiosa no nos exime necesariamente de vivir una vida temerosa o incluso de victimizar a los demás. En cambio, *seguir un camino espiritual personal implica seguir los impulsos de nuestro propio ser interior, y ello nos conecta con el yo infinito que todos somos en esencia*.

La falibilidad de los sistemas organizados se hace evidente cuando enfrentamos unas culturas con otras. Por ejemplo, el sistema espiritual y curativo hindú se contradice completamente con el chino. Los hindúes creen que comer carne de animales es pecado, mientras que los chinos creen que lo que es insano es no comer carne. Análogamente, los hindúes tienen un sistema llamado *vastu*, que tiene el mismo propósito que el *feng shui* chino, pero que entra en conflicto directo con las reglas de esta última disciplina. A mí me producía muchísima confusión ver que una autoridad dictaba cosas que estaban en conflicto con todas las demás. El hecho de no saber qué principio emplear puede provocar mucho miedo, o al menos ansiedad ante el temor a equivocarse.

Así que finalmente mi ECM me llevó de regreso a mí misma.

Y creo que ésta es la comprensión más poderosa para todos y cada uno de nosotros: darnos cuenta de que estamos aquí para descubrir y honrar *nuestro propio camino individual*. No importa si renunciamos al mundo material y nos vamos a meditar a la cumbre de una montaña durante veinte años o si creamos una empresa multinacional que vale miles de millones y que emplea y da sustento a miles de personas. No importa si acudimos a un templo o una iglesia, si nos sentamos en la playa, si bebemos *gin-tonics*, disfrutamos de un glorioso atardecer con nuestro ser

amado o caminamos por un parque disfrutando de un helado. A la postre, lo que realmente importa es que, si escuchamos a nuestro verdadero ser, cualquier camino que elijamos será el correcto para nosotros y ninguna de aquellas opciones será menos espiritual que las demás.

No estoy en contra de las religiones organizadas, pero soy escéptica ante cualquier mensaje que lleve a divisiones, conflictos y muertes como los que se producen a diario en el mundo en nombre de las religiones; porque la verdad es que todos somos Uno, todos facetas del mismo y único Todo. Los seres humanos somos tan variados que a algunos les van mejor las religiones o caminos espirituales organizados, mientras que a otros no. Lo mejor que podemos hacer es vivir de forma tal que nos lleve a sentirnos plenos y que nos permita expresar nuestra creatividad y experimentar nuestra propia magnificencia. Lo único que logramos defendiendo cualquier opción o doctrina como la única verdadera es limitar lo que somos y lo que hemos venido aquí a ser.

No tenemos que «esforzarnos» por hacer nada para mantenernos en contacto con nuestra magnificencia; por ejemplo, seguir rituales o dogmas específicos. Podemos hacer tales cosas si queremos hacerlo y si nos resulta placentero, pero no es un requisito imprescindible. Basta, simplemente, con seguir nuestra guía interior para encontrar lo que es adecuado para nosotros, incluso la metodología que debemos emplear para conseguirlo.

Y podemos saber que estamos en el camino correcto porque, cuando lo recorremos, nos sentimos en el centro de nuestro amor sin emitir juicio alguno sobre nosotros mismos ni sobre los demás, a la vez que reconocemos nuestra auténtica magnificencia dentro del Todo infinito.

La oración, por ejemplo, puede proporcionar mucho consuelo a algunas personas en tiempos de necesidad, y también contribuir a su autodescubrimiento. Puede tener un efecto positivo para el bienestar debido a que ayuda al proceso de soltar y liberarse de todas las cargas. Como resultado, las personas que rezan pueden sentirse más livianas e inspiradas, lo que contribuye no sólo a su propio bienestar, sino también al de los demás, ya que todos estamos conectados. De hecho, cualquier positividad que te aportes a ti mismo la estás aportando igualmente al Todo.

Sin embargo, no creo que los que rezan estén más o menos conectados que los que no lo hacen. Todos y cada uno tenemos nuestra propia forma de reconocer el espacio infinito que hay en nuestro interior. Puede que para algunos esa forma sea la oración, pero para otros puede ser la música o el arte, o quizá estar en medio de la naturaleza, incluso perseguir el conocimiento o el disfrute de la tecnología o, en definitiva, lo que nos haga aflorar pasión, creatividad y un propósito para vivir. En otras palabras, no es la oración en y por sí misma lo que hace que algunos seamos más conscientes de nuestra magnificencia que otros. Ello resulta, más bien, del hecho de permitir que nuestra pasión interior dirija nuestras vidas y de dejar que aflore en nuestras vidas una cualidad de presencia tipo zen que nos dote de significado y de

una sensación de unidad con todo.

Personalmente, sé que soy siempre Una con el Universo el cien por cien del tiempo, de modo que no siento ninguna necesidad de rezar a un dios externo que está separado de mí. Por el contrario, siento que mi vida es permanentemente una oración en sí misma. A este respecto, encuentro muy útil la meditación porque aquieta mi mente y me ayuda a mantener la atención en ese punto central de conciencia donde me siento en conexión con todo lo que hay en el Todo; pero es posible que a otras personas la meditación no les proporcione ese sentimiento inspirador, y eso está bien, no hay problema. Lo importante es que hagamos lo que resuena con nosotros a nivel personal.

Si seguir un sistema no te supone ningún esfuerzo o te resulta divertido, ¡adelante con ello! Pero si empieza a costarte o sientes que condiciona tus emociones o pensamientos, entonces es señal de que probablemente no sea muy adecuado para ti. El espacio donde ocurren los cambios más positivos es el estado de *pura aceptación, en el que permites que todo sea tal como es*. Permítete ser tú mismo, seas quien seas, y abraza lo que te haga sentir vivo.

Aunque creo firmemente que lo mejor que puedo hacer por mí y por los demás es mantenerme con el espíritu elevado conscientemente y hacer lo que me proporciona felicidad, tal vez te sorprenda saber que no abogo por el «pensamiento positivo» como una panacea. Es cierto que, al estar la vida entera conectada y entrelazada, el hecho de que yo me sienta animada tendrá un impacto más allá de mí misma, al igual que lo que esté yo vertiendo en el Todo.

Sin embargo, si alguna vez noto que tengo pensamientos negativos colándose dentro de mí, me parece mejor dejarlos entrar y pasar con total aceptación y sin juzgarlos. Cuanto más empeño pongo en intentar suprimirlos o en cambiar mis sentimientos, tanto más se empeñan ellos en asediarme. Así que los acepto y permito simplemente que fluyan a través de mí, sin juzgarlos, y entonces descubro que esos pensamientos y emociones pasan y se van. Como resultado, el camino correcto se despliega ante mí de forma totalmente natural, permitiéndome ser quien verdaderamente soy.

Afirmaciones genéricas tales como «Los pensamientos negativos atraen negatividad a la vida» no son necesariamente ciertas y pueden provocar que las personas que están pasando por un mal momento se sientan todavía peor. Además, también pueden crearles más miedo ante el temor de atraer todavía más negatividad con sus pensamientos. El empleo indiscriminado de esta idea suele provocar que las personas que están pasando por tiempos duros se sientan como si *ellas* fueran malas porque han atraído esos acontecimientos, y eso, sencillamente, no es verdad. Si empezamos a creer que son nuestros pensamientos negativos los que nos crean las situaciones desagradables, podemos acabar completamente paranoicos. Por el contrario, nuestro sufrimiento tiene menos que ver con lo que pensamos que con nuestras emociones, especialmente con lo que sentimos acerca de *nosotros mismos*.

Tampoco funciona lo de que para atraer cosas positivas basta con ser optimista. No hay modo de decirlo suficientes veces: lo que verdaderamente determina más la condición de nuestras vidas son *nuestros sentimientos con respecto a nosotros mismos*. En otras palabras, ser auténticos y fieles a nosotros mismos es más importante que simplemente intentar ser positivos.

Yo me permito sentir de forma negativa sobre todo aquello que me molesta, porque es mucho mejor experimentar emociones reales que mantenerlas taponadas. Una vez más, todo es cuestión de *aceptación*, *de permitirme sentir* lo que estoy sintiendo, en vez de luchar contra ello. El propio acto de aceptarme y permitirme sentir sin juzgarme es un *acto de amor* por mí misma. Este acto de bondad hacia mí misma es mucho más decisivo a la hora de crearme una vida dichosa que fingir falsamente que me siento optimista.

A veces, cuando vemos a alguien verdaderamente optimista, efervescente y bondadoso, pero cuya vida se está desmoronando, podemos pensar: «¿Lo ves? Eso de "ser positivo" no funciona». Pero la cuestión es que no sabemos cuál es el diálogo interno de ese individuo. No sabemos lo que los demás se dicen a sí mismos un día sí y otro también, ni si se sienten felices emocionalmente.

Y lo que es más importante, no sabemos si se quieren y se valoran a sí mismos.

Gracias a lo que comprendí durante mi ECM, sé que es muy importante no juzgarme ni sentir miedo por mí. Cuando mi diálogo interno me dice que estoy a salvo y que soy amada y aceptada incondicionalmente, entonces irradio esta misma energía hacia fuera y mi mundo exterior cambia en consonancia con ella, porque mi vida exterior no es más que un reflejo de mi estado interior.

No importa si estoy teniendo un mal día o una mala semana; lo realmente importante es cómo me *siento conmigo misma* mientras estoy afrontando ese mal día o esa mala semana. La clave es confiar en el proceso, incluso cuando me encuentro en momentos difíciles, y no tener miedo de sentir ansiedad, tristeza o miedo, en vez de reprimir todas esas emociones hasta que desaparezcan. La clave es *permitirme ser auténticamente quien soy*. Gracias a ello, los malos sentimientos se irán disipando y aparecerán cada vez con menos frecuencia.

Antes de mi ECM yo solía reprimir mucho mis emociones negativas, porque creía que atraerían negatividad a mi vida. Además, no quería preocupar a los demás, así que intentaba controlar mis pensamientos y me obligaba a ser positiva. Pero ahora sé que la clave de la felicidad es honrar siempre a tu verdadero ser y permitirte ser y actuar según tu propia verdad.

Cada segmento de tiempo es totalmente único, y cuando pasa ya no puede repetirse en este plano físico. He aprendido a sentirme confortable con este hecho y a vivir el momento. En la medida de lo posible, intento no acarrear ningún bagaje emocional de un instante al siguiente. En cambio, trato de ver que cada momento es como una pizarra o encerado nuevo y limpio que trae consigo nuevas posibilidades. Así que hago aquello que me inspira o que me aporta mayor placer y alegría en ese

momento, tanto si eso es ponerme a meditar como si es irme de compras o comer bombones, si es eso lo que me surge hacer en ese instante.

Vivir más en armonía con quien de verdad somos no tiene nada que ver con obligarnos a repetir pensamientos positivos. En realidad, significa ser y hacer aquello que nos proporciona felicidad, aquello que despierta nuestra pasión y que hace aflorar lo mejor de nosotros, aquello que consigue que nos sintamos bien; y eso significa también amarnos a nosotros mismos incondicionalmente. Cuando fluimos de esa forma, nos sentimos animados y llenos de energía, pues estamos en contacto con nuestra magnificencia. Cuando nos sentimos así por dentro, la vida se llena verdaderamente de emociones y descubrimos que se multiplican las sincronicidades a nuestro alrededor.

Las sincronicidades y el poder de la atracción han sido temas que han recibido mucha atención en los últimos años. La idea de que las cosas caen en su lugar sin esfuerzo debido a que nosotros las atraemos resulta muy seductora, pero yo prefiero pensar en términos de *aceptación* y de permitir que las cosas sean tal cual son, más que de *atracción*.

Como ya he dicho, somos uno con el universo. Nuestro propósito es ser los seres llenos de magnificencia que somos, y el mundo externo sólo es un reflejo de lo que hay en nuestro interior. Mi crisis vital fue consecuencia de que yo estaba centrada en el exterior, de que siempre estaba haciendo comparaciones y de la competitividad que se derivaba de ello. Solía tener la sensación de que no había suficiente para todo el mundo, lo cual me suscitaba codicia y competitividad. Necesitaba convencer a los demás para que creyeran y pensaran igual que yo, en vez de abrazar nuestras diferencias y la singularidad única de cada cual.

Todos esos sentimientos provenían de contemplar el universo como insuficiente y limitado, cuando de hecho es infinito. Es capaz de crecer y de abarcarlo todo, al igual que lo somos nosotros. Depende de nosotros expandirnos y permitir que entre en nuestras vidas tanto como queramos, pero debemos hacerlo de dentro afuera, no al revés.

Cuando me di cuenta de que no hay nada fuera de mi yo infinito, pude entonces empezar a verme como una obra en constante proceso de perfección, siendo éste un proceso dinámico, no estático. Al igual que un caleidoscopio pasa, cuando gira, de una imagen exquisita a otra, la perfección se encuentra en movimiento constante. Para mí eso significa que la belleza reside en el propio viaje, y también en lo que aparentemente son errores y que, sin embargo, me llevan a un nuevo nivel de comprensión. Mi ánimo es sentirme lo bastante bien conmigo misma como para llegar a alcanzar un grado de confianza y, en ese estado, soltar el control sobre las consecuencias y el resultado de la acción. Cuando empecé a percibir mi propia perfección, comencé a darme cuenta de que mi mundo exterior la reflejaba. Estaba atrayendo lo mejor para mí, que es también lo mejor que puedo hacer por el universo.

Tal como ya he dicho, no me funciona salir al mundo para cambiarlo. En primer

lugar, porque eso sólo alimenta la misma energía crítica que causa todos los problemas, dado que nace de la opinión de que algo está mal y que es preciso cambiarlo. En cambio, el abandono de todo apego a cualquier sistema de ideas y creencias me permite sentirme más expandida y casi transparente, de forma que la energía universal puede fluir sin traba a través de mí. Cuando estoy en ese estado de aceptación en el que permito que todo sea tal cual es, ocurren más coincidencias positivas en mi vida.

Siempre atraemos los resultados perfectos, y lo semejante llama a lo semejante. Así que cuanto más bondadosa soy conmigo misma, más reflejan ese estado los eventos externos. Por el contrario, cuanto más dura y crítica soy conmigo, más se corresponde mi situación con ello. El universo siempre responde a lo que opino sobre mí misma, para bien o para mal.

Antes solía *perseguir mis objetivos*, porque sentía que tenía que hacer, conseguir y alcanzar las cosas. Pero el propio acto de ir tras algo viene motivado por el miedo; tenemos miedo de no tener lo que anhelamos. Eso nos mantiene estancados en la dualidad, debido a que nos centramos en la separación inherente que hay entre el cazador y la presa. Ahora, sin embargo, ya no voy a la caza de nada. Ahora *permito y acepto*.

Por ejemplo, cuando siento un deseo enorme de hacer que mi vida se encarrile tal y como yo quiero, sé que si intento lograrlo agresivamente lo único que consigo es luchar contra la energía universal. Y cuanto más esfuerzo pongo en intentar lograrlo, más claro veo que estoy haciendo algo erróneo. Mientras que, por otro lado, permitir y aceptar no requieren de ningún esfuerzo. Se siente más bien como una liberación, porque significa darme cuenta de que, dado que todo es Uno, eso que intento conseguir es ya mío.

El proceso de permitir se logra primero confiando y después siendo siempre auténtico conmigo mismo y fiel a quien soy realmente. De esta forma, sólo atraeré lo que es de verdad mío y lo que con certeza me pertenece, y todo sucederá al ritmo con el que me siento confortable. Puedo seguir centrándome en lo que me preocupa o en lo que creo que necesito o que me falta, pero entonces mi vida no avanzará hacia lo que me gustaría experimentar. Se quedará tal como está ahora, porque estoy prestando atención a mis miedos y a lo que me molesta o me deja insatisfecha e incompleta, en vez de permitir que se expanda mi conciencia mediante la confianza y la aceptación de nuevas experiencias. De esta forma hago que mi vida se materialice más rápida o lentamente, en función de la rapidez con que voy abandonando mis preocupaciones y relajándome en el proceso. Cuanto más apegada esté con ciertas vías de pensamiento o determinados resultados, o cuanto más miedo tenga a experimentar nuevas aventuras, más lento será el proceso de desarrollo; porque no estoy abierta a él, no estoy permitiendo que fluya la energía universal a través de mí de forma natural.

Dicho esto, la verdad es que no me detengo a cada rato a sopesar todas las

elecciones y posibilidades. Lo único que realmente hago en cada momento es *vivir de modo consciente* en ese espacio de permitir y aceptar, que es algo que se hace internamente, no externamente. Fuera no hay nada que perseguir ni nada que atraer. Y puesto que el universo entero está en nuestro interior, todo lo que experimento dentro de mí afecta al Todo.

Puesto que el tapiz de todo tiempo ya ha sido tejido, todo lo que haya podido querer que sucediera alguna vez en mi vida ya existe en ese plano infinito más allá de lo físico. Así pues, mi única tarea es expandir mi yo terrenal lo bastante como para permitir que ocurra en este mundo. Por tanto, si hay algo que deseo, la cuestión no es salir y conseguirlo, sino expandir mi propia conciencia para permitir que la energía universal lo traiga a mi realidad aquí.

Perseguir lo que deseo sólo refuerza la separación, mientras que *aceptar y permitir significa darme cuenta de que, puesto que todos somos Uno y todo está conectado, eso que yo deseo es ya mío*.

CAPÍTULO 18

Preguntas y respuestas

En los meses y años que han seguido a mi ECM he tenido oportunidad de hablar de mi experiencia a diversos grupos de personas de todo el mundo. A continuación incluyo algunas de las preguntas y respuestas que han surgido como resultado de esas conversaciones.

P: ¿Cómo definirías el «amor incondicional» que experimentaste en el otro ámbito, y qué diferencia hay entre ese amor y el que experimentamos nosotros en la realidad física?

R: Lo que diferencia al amor en el otro ámbito es que es puro en esencia. No tiene objetivos ni expectativas, y no es resultado de una emoción ni reacciona de un modo u otro según sean las acciones o sentimientos. Simplemente, es.

P: ¿Sientes que es posible reproducir ese estado de amor incondicional aquí, en este mundo físico?

R: Cada uno de nosotros somos ya en esencia amor puro e incondicional. Sin embargo, cuando lo expresamos aquí, en este ámbito físico, lo filtramos a través de la mente y después lo expresamos a través de las emociones humanas.

La mejor metáfora que se me ocurre para ilustrar esto es el ejemplo de una luz blanca que pasa a través de un prisma. El amor incondicional es como la luz pura y blanca. Cuando brilla a través de un prisma, la luz se refracta y se descompone en todos los colores del arco iris. Esos colores representan nuestras emociones: alegría, amor, ansiedad, envidia, compasión, odio, empatía, etc.

Cada uno de nosotros es como un prisma que refracta la luz blanca pura (el amor) en todos los colores del arco iris, y todas esas tonalidades (las emociones) son necesarias por igual para constituir el todo. Muy pocas personas, por no decir ninguna, serían capaces de emitir un juicio moral sobre un color en concreto. No dirían: «Mira, ese color es malo» o «Ese color es pecado». Sin embargo, eso es lo que hacemos con las personas y con la expresión de sus emociones cuando vemos algunos sentimientos como buenos y otros como malos.

Cuando decidimos que algunas de nuestras emociones son negativas e intentamos rechazarlas, estamos reprimiendo parte de lo que somos. Eso crea un bloqueo dentro de nosotros que nos impide expresar nuestra magnificencia plenamente, al igual que al vetar ciertos colores del espectro basándonos en un juicio moral truncamos la luz y la convertimos en algo que no es.

No tenemos que hacer algo con cada emoción. Simplemente, tenemos que aceptar que todas ellas son parte de lo que somos. Negarlas sería como tratar de impedir que el prisma refractara un color. Sólo al abrazar el espectro completo de nuestros

sentimientos, sin juzgarlos, podemos entrar en contacto con la pura esencia del amor incondicional que reside en el fondo de todos nosotros.

P: ¿Eres de la opinión de que desde antes de adoptar una forma física ya somos seres magnificentes y plenamente conscientes de quién somos en verdad? Si es así, ¿cómo es que se erosiona nuestra magnificencia y se deteriora tanto nuestra percepción de nosotros mismos cuando llegamos a esta vida?

R: Te diré lo que siento al respecto, pero me temo que sólo servirá para suscitar más preguntas que respuestas. Durante mi ECM me pareció que no hay necesidad de olvidarnos de quiénes somos y que la vida no tiene por qué ser tan difícil. Sentí como que somos *nosotros los que hacemos que la vida sea ardua, debido a nuestras ideas y creencias inapropiadas*.

La comprensión interna que recibí en ese ámbito provino como de una especie de «impronta», pero si tuviera que ponerle voz, he aquí lo que estaría yo diciéndome internamente en ese estado: «¡Oh! Así que la vida no tiene por qué ser una lucha… ¡Se supone que podemos disfrutarla y divertirnos! ¡Ojalá lo hubiera sabido antes! ¡Oh! Así que mi cuerpo creó el cáncer debido a todos mis estúpidos pensamientos, juicios y creencias limitadoras, todo lo cual me causó un enorme lío interior. Vaya, ¡ojalá hubiera sabido que lo único que tenemos que hacer es venir aquí y sentirnos bien con nosotros mismos y con la vida! ¡Simplemente tenemos que expresarnos y pasárnoslo bien haciéndolo!».

La parte que viene ahora es un poco complicada de explicar, pero voy a intentarlo. Yo tenía una pregunta que decía más o menos así: «¿Por qué me ha pasado algo tan grande como este cáncer terminal simplemente por no darme cuenta de mi propia magnificencia?».

Simultáneamente, me llegó la siguiente comprensión: «Oh, ya veo. No me sucedió *a mí*, porque la verdad es que yo no soy jamás una víctima. El cáncer es sólo una parte de mi propio poder y energía que ha quedado sin expresar, de modo que se ha vuelto hacia dentro, en contra de mi cuerpo, en vez de salir afuera».

Supe que no era ningún castigo ni nada parecido. Sólo era mi propia fuerza vital expresándose como cáncer, debido a que no le permitía manifestarse como la fuerza poderosa y magnificente de Anita. Fui consciente de que podía elegir volver a mi cuerpo o seguir hacia la muerte. Si volvía, el cáncer ya no estaría allí, porque la energía ya no se estaría expresando de ese modo, sino que ahora iba a estar presente como mi yo infinito.

Volví con la comprensión de que en verdad el cielo no es un lugar, sino un estado, y he descubierto que la dicha y la beatitud que experimenté entonces me han seguido hasta aquí en la Tierra. Sé que esto suena verdaderamente raro, pero incluso sentí también que nuestro «verdadero hogar» es sólo una forma de ser, y no una ubicación. Ahora mismo me siento en casa. No siento deseo de estar en ningún otro sitio. Para mí no hay ninguna diferencia entre estar aquí y estar en el otro plano. Son sólo diferentes partes de la experiencia de nuestro superior, expandido y magnificente yo

infinito. Nuestro verdadero hogar está dentro de cada uno de nosotros, y va con nosotros adondequiera que vamos.

P: Puesto que yo no he tenido una ECM, ¿tengo alguna otra forma de alcanzar y mantener la confianza en esa increíble fuerza vital de la que hablas?

R: Claro que sí. No es necesario que tengas una ECM para darte cuenta de tu magnificencia.

Mi experiencia me ha enseñado que la mejor forma de alcanzar y mantener la confianza y la sensación de conexión con la energía de la fuerza de vida Universal es buscarla en nuestro interior. Todo empieza queriéndome y confiando en mí misma. Cuanto más soy capaz de hacerlo, más centrada me siento dentro del tapiz cósmico. Cuanto más conectados nos sintamos cada uno de nosotros, más seremos capaces de llegar a otros, dándoles así la oportunidad de sentir lo mismo.

P: ¿Qué papel jugó en tu curación y recuperación tu sistema de creencias o tu fe, y cómo han cambiado tus creencias desde entonces?

R: Para curarme no hizo falta en absoluto que tuviera fe en nada. Más bien diría que lo que sucedió fue todo lo contrario: una total y completa suspensión de todas las creencias, doctrinas y dogmas que había estado manteniendo hasta entonces. Eso permitió que mi cuerpo se curara por sí mismo. En mi caso, la ECM fue el catalizador que produjo esa suspensión.

Desde mi perspectiva, las ideas que uno sostiene férreamente van, de hecho, en contra de uno mismo. Por una parte, tener creencias concretas limita las experiencias que tengo en la vida, ya que las creencias me mantienen encapsulada dentro de lo que ya sé, a la vez que mi conocimiento queda limitado en este mundo a lo que puedo percibir a través de mis sentidos físicos. Por otra parte, sin embargo, el hecho de sentirme cómoda en medio de la incertidumbre me abre la puerta a todas las posibilidades, ya que la ambigüedad está completamente abierta a infinidad de posibilidades potenciales.

La necesidad de certidumbre aprisiona y limita mi potencial de abrirme a lo inesperado, mientras que aceptar que «no sé» o permitirme un expectante «Vamos a ver qué pasa» permite que mi yo expandido aporte respuestas y soluciones que a menudo surgen de increíbles coincidencias y de sincronicidades asombrosas. Lo cierto es que cuando más poderosa me siento es cuando me permito adentrarme en la incertidumbre y la ambigüedad. El hecho de soltar todas mis creencias, dudas, dogmas y doctrinas previas pone al universo infinito a mi disposición, y entonces todo conspira para proporcionarme el mejor resultado posible para mi vida. Es en ese espacio donde recibo la máxima claridad interior. Ahí es donde ocurre la magia.

Soltar todos los apegos previos es un abrazo a la libertad, y evidencia que confío en mi propia divinidad y magnificencia. Es también una forma de sanación. Cuando libero la necesidad de curarme físicamente, la vida se vuelve más libre, plena y placentera.

P: ¿Crees que tu fe en la Fuente fue un factor determinante en tu curación?

R: En mi experiencia yo *era la Fuente* y había total claridad. No había ninguna fuente fuera de mi propia conciencia expandida. Era como si yo abarcara la totalidad. Tal como ya he explicado, no había necesidad de tener ninguna fe en nada para curarme, porque en ese estado hay total claridad y todo es sabido. Las creencias o la fe dieron paso al «saber». Me había convertido en todo: yo existía en todo y todo existía en mi interior. Me volví eterna e infinita.

Desperté en el seno de esa claridad, así que simplemente comprendí. Sabía que si elegía volver, mi cuerpo se curaría. Debido a la naturaleza de mi experiencia sé que, en el fondo, todos somos Uno. Todos provenimos de la Unidad, y llegamos a la separación para después regresar nuevamente a la Totalidad. Siento que mi ECM fue un vislumbre de esa Unidad. Podría llamarla «Dios», «Fuente», «Brahman» o «Todo lo que existe», pero creo que cada persona tiene una idea diferente sobre el significado de esas palabras. No percibo lo Divino como una entidad separada de mí o de cualquiera. Para mí, es un estado de ser, más que un ser independiente. Es un estado que trasciende la dualidad, de modo que estoy permanentemente unida a la divinidad desde el interior y soy indivisible de ella. Mi expresión física es sólo una faceta de esa Totalidad.

P: ¿Hay algún lugar en el que nuestra voluntad personal y la voluntad del Todo estén conectadas, de modo que podamos acceder libremente a ese lugar de curación y poder?

R: Me gusta pensar que sí, que es posible para cualquiera acceder libremente a ese lugar de poder curativo. Creo que lo que nos impide lograrlo son nuestras mitologías colectivas, todas esas historias que nos hemos estado contando durante generaciones. Creo que es esa acumulación de creencias la causante de la mayor parte de la desconexión y la discordia que percibimos en el mundo, incluida la que hay en nuestros cuerpos.

Acarreamos esas programaciones invisibles que nos mantienen desconectados de nuestra verdad y que nos llevan a creer que estamos separados de la energía Universal. Permanecemos atascados en la dualidad, separados de nuestro centro creativo. Nosotros somos la fuerza que no sólo forja, sino que también controla esos mitos. Y cuando nuestras historias cambian, también lo hace nuestra realidad física como reflejo de ello.

Para que ocurran más frecuentemente esta clase de curaciones a las que aludes, necesitamos hacer evolucionar esas mitologías y transformar nuestros programas culturales en otros que nos permitan darnos cuenta de que *todos somos Uno con la energía Universal*. Eso posibilitará que nos sintamos conectados con nuestro centro creativo en todo momento y facilitará que haya más energía positiva a nuestro alrededor.

La curación tiene lugar cuando nuestro intento, es decir, nuestra voluntad creativa personal, converge intencionadamente con la energía de la fuerza de vida Universal y ve que somos Uno con ella.

P: ¿Has sentido algún tipo de liberación desde tu ECM? Si es así, ¿cómo describirías esa sensación?

R: Sí que me siento liberada. Siento que mi ECM no sólo me ha liberado de las ideologías, creencias y conceptos que tenía anteriormente, sino que también me ha liberado de la necesidad de buscar otras nuevas.

Me da la sensación de que buscamos y nos agarramos a esas doctrinas porque nos aportan seguridad en los momentos de incertidumbre. Sin embargo, tenemos tendencia a volvernos dependientes de ellas, y entonces necesitamos que sean ciertas para así poder mantener el confort y la comodidad que otorga la certidumbre. Siento que cuanto más arraigadas tenemos nuestras creencias sobre la naturaleza limitada de la realidad, más perpetuamos lo que afirman.

Mi experiencia me permitió vislumbrar lo que se siente cuando se libera uno de la necesidad de certidumbre, tanto física como psicológica. En otras palabras, me fue posible experimentar la perfección incluso en medio de la ambigüedad. Para mí, la verdadera libertad reside en poder mantener ese grado de liberación mental.

P: ¿Crees que habrías elegido volver a esta vida si hubieras sabido que ibas a seguir enferma?

R: Debido al estado de claridad en el que me hallaba, sospecho que habría vuelto comprendiendo por qué sentía la necesidad de regresar y de expresarme a través de un cuerpo enfermo. Aunque ese conocimiento no llegara a eliminar del todo mi enfermedad física, creo que habría eliminado, o al menos reducido, mi sufrimiento interno. Habría la sensación de que hay un propósito en el hecho de tener que vivir en un cuerpo enfermo. Creo que todo el mundo tiene un propósito, independientemente de su condición física.

P: Tu mensaje llega alto y claro: tenemos que ser quienes somos. Pero ¿y los criminales y los asesinos? ¿También ellos deben ser quienes son? Además, dices que no hay ningún juicio al otro lado. ¿Significa eso que podemos liberarnos aunque hayamos cometido un asesinato?

R: En ese *ámbito no hay condenación de ningún tipo, porque no hay nada que condenar. Allí somos pura conciencia*.

A mucha gente no le gusta oír que no hay ningún juicio después de la muerte. Es reconfortante pensar que la gente pagará por lo que ha hecho mal. Pero el castigo, las recompensas, el juicio, la condenación, etc., son cosas de «aquí», no de «allí». Por eso tenemos aquí leyes, reglas y sistemas.

Por otro lado, hay una claridad total sobre por qué somos como somos y por qué hicimos lo que hicimos, al margen de si eso resultó poco ético durante la vida terrenal. Creo que aquellos que hacen daño a otros sólo lo hacen como consecuencia de su propio dolor y de sus sentimientos de limitación y separación. Los que comenten actos tales como violaciones o asesinatos están muy lejos de tener el más mínimo atisbo de su propia magnificencia. Imagino que si son capaces de provocar tanto dolor a otros es porque sienten en su interior una tremenda infelicidad, por lo

cual lo que realmente necesitan es de la mayor compasión, en vez de más juicios y sufrimiento en la otra vida.

De hecho, no creo que los criminales y los asesinos sean verdaderamente ellos mismos. Pienso que sólo nos orientamos hacia la destrucción cuando hemos extraviado nuestro camino y estamos muy lejos de saber la verdad sobre quiénes somos realmente. Los criminales han perdido su centro, y lo que hacen a los demás es un reflejo de cómo se sienten en su interior. Nos gusta pensar en términos de criminales y víctimas, donde los criminales son los «otros» y las víctimas «nosotros»; pero no existe ningún «otro». ¡Todo es nosotros!

Un asesino en serie es un enfermo, al igual que una persona con cáncer. Y si en el mundo actual hay muchos asesinos, eso significa que tenemos una sociedad enferma. Encerrarlos puede que reporte beneficios a corto plazo, igual que tratar los síntomas del cáncer. Pero si no transformamos y trascendemos los males esenciales que subyacen en cualquier sociedad, los problemas irán aumentando y tendremos que construir más prisiones, mientras que los sistemas judiciales estarán cada vez más saturados. Los criminales no son solamente las víctimas de sus propias circunstancias; son también los síntomas físicos de un problema subyacente que tenemos nosotros como un todo.

No estoy disculpando sus actos. Sólo estoy intentando decir que el conocimiento de mi propia magnificencia me ha cambiado. Creo que si todo el mundo consiguiera entrar en contacto con su propia verdad y conociera su magnificencia, nadie elegiría hacer daño a los demás. Una persona feliz y amada que se siente inseparable de la Unidad sabe que hacer daño a otra persona es igual que hacérselo a sí mismo.

P: ¿Estás diciendo que un criminal, por ejemplo, un asesino, va a ir al mismo sitio y va a sentir la misma sensación de ausencia de juicio que un santo?

R: Sí, eso es lo que estoy diciendo.

En ese estado comprendemos que todo lo que hemos hecho, por muy negativo que parezca, ha sido consecuencia del miedo, el dolor y unas perspectivas limitadas. Gran parte de lo que hacemos o sentimos se debe a que no conocemos otra cosa. Pero cuando estamos en el otro ámbito se nos hacen evidentes nuestras limitaciones físicas, así que podemos comprender por qué actuamos de la manera que lo hicimos, y lo único que sentimos es compasión.

En ese estado nos damos cuenta de que aquéllos a los que etiquetamos como «criminales» son tan víctimas como nosotros de sus propias limitaciones, dolores y miedos. Cuando nos damos cuenta de ello, nos sentimos conectados con todo y con todos. En ese estado comprendí que todos somos Uno. Uno y lo mismo.

Si todo el mundo supiera eso, no necesitaríamos leyes ni prisiones. Pero aquí no lo entendemos, de modo que pensamos en términos de «nosotros» y «ellos», y eso nos lleva a actuar desde el temor. Por eso desarrollamos juicios, leyes, cárceles y castigos. En este mundo y en este momento necesitamos todo eso para nuestra protección, pero en el otro plano no hay necesidad de castigos, porque, una vez allí,

nos damos cuenta de que todos estamos conectados.

P: Si somos los creadores de nuestra realidad, ¿crees que la gente, por el mal que haya hecho, recibirá un castigo a través del mecanismo del karma, la ley de causa y efecto?

R: Como he mencionado antes, no hay castigo en el estado en el que estuve durante mi ECM. Ahora veo el karma más como una cuestión de equilibrio que como un mecanismo de causa y efecto. Por ejemplo, yo nunca utilizaría la expresión «mal karma», porque no creo que exista tal cosa. Creo que todos los aspectos de la vida son necesarios para crear el todo.

También he dejado de creer que vivimos todas nuestras vidas una detrás de la otra, de manera secuencial, a lo largo del tiempo lineal, que es el marco en el que la mayoría de la gente encuadra sus ideas sobre el karma. Eso es lo que me enseñaron a mí cuando era pequeña; pero durante mi ECM me di cuenta de que todos los momentos de todas nuestras vidas (tanto el pasado, el presente y el futuro como lo conocido, lo desconocido y lo incognoscible) existen simultáneamente fuera de lo que nosotros concebimos como tiempo. Me di cuenta de que yo ya era todo lo que intentaba llegar a ser, y creo que eso es igualmente cierto para todo el mundo. Las cosas que percibimos como positivas, negativas, buenas o malas son simplemente partes del Todo perfecto y equilibrado.

P: He oído a algunas personas hablar de la importancia del perdón. ¿Tuviste que perdonar mucho en el otro ámbito?

R: En el estado de ECM la claridad era tan plena que el propio concepto de perdón conllevaba un significado muy diferente. En ese estado me di cuenta de que era a mí a quien no había perdonado, no a los demás. No había ningún juicio negativo por nada que yo hubiera hecho; sólo sentí una total comprensión de por qué había hecho todo y cada cosa.

También me di cuenta de que en ese ámbito infinito y libre de juicios no hay necesidad de perdonarme a mí misma ni a nadie. Todos somos hijos perfectos y exquisitos del universo, y provenimos del amor más puro. El amor incondicional es nuestro derecho de nacimiento, sin juicios ni condenas de ningún tipo, y no necesitamos hacer nada para ganárnoslo. Es, sencillamente, lo que somos.

La necesidad de perdonar nace cuando juzgamos las cosas como buenas o malas; pero si no hay juicios, no hay nada que tengamos que perdonar. Dentro del tapiz cósmico que estamos cocreando, todos los pensamientos, palabras y obras son necesarios por igual para la creación del Todo infinito y magnificente. Es lo mismo que sucedía con el espectro de la luz que mencioné anteriormente, donde todos los colores son necesarios para aportar contraste y traer la vida al ser. ¿Qué hay, pues, que perdonar?

En este punto he sustituido el perdón por la empatía, el amor incondicional y la compasión hacia mí y hacia los demás. En vez de juzgar y dar lugar con ello a la necesidad de perdonar, ahora sólo tengo afecto y un gran respeto por el papel

multifacético que cada uno de nosotros juega en la Totalidad de la creación.

P: ¿No crees que demasiado amor por uno mismo puede convertir a las personas en egoístas y prepotentes?

R: Cuando comprendemos que todos y cada uno de nosotros estamos en el corazón mismo del universo infinito, que somos su centro esencial, lo que se convierte en primordial es precisamente nuestra centralidad dentro del Todo, y vemos entonces el valor que tiene quererse a sí mismo. Porque no podemos dar lo que no tenemos.

En mi cultura me enseñaron a dar prioridad a los demás y ponerme a mí en último lugar o incluso a excluirme. No me enseñaron a amarme a mí misma o a valorar quién y lo que yo era. Como consecuencia, tenía muy poco que ofrecer a los demás. Sólo cuando llenamos nuestra propia copa podemos dar algo a los demás. Sólo cuando nos queremos incondicionalmente y nos aceptamos con gran respeto y compasión como las criaturas magnificentes que somos, sólo entonces podemos ofrecer eso mismo a los demás. Quererse a sí mismo es lo que viene primero, y querer a los demás es el resultado posterior inevitable.

El egoísmo proviene de amarse muy poco a uno mismo, no de quererse demasiado; somos egoístas porque tratamos así de compensar nuestra carencia. No existe eso de quererse demasiado, igual que tampoco existe eso de tener demasiado afecto genuino por los demás. Nuestro mundo sufre debido a que hay mucha carencia de amor por uno mismo, y demasiados juicios, demasiadas críticas, demasiadas inseguridades, miedos y desconfianzas. Si todos nos quisiéramos más, desaparecerían la mayoría de estas dolencias.

Decir «te amo» cuando no albergo esa misma emoción por mí misma es puro fingimiento; no es real. El amor por uno mismo y el amor por los demás es una sola cosa y la misma. Todos somos Uno y todos estamos interconectados. Tener conciencia de nuestra propia divinidad puede ayudarnos a percatarnos de nuestra magnificencia y de que somos merecedores de amor incondicionalmente. Una vez que comprendemos esto, resulta más fácil ofrecer eso mismo a todos los demás.

P: La mayoría de la gente que sigue un camino espiritual cree que el ego es un impedimento para el crecimiento espiritual y que hay que librarse de él. ¿Por qué no defiendes tú eso mismo?

R: Porque si tratas de rechazar el ego, éste volverá a ti con más fuerza aún. Cuanto más rechaces algo, más va a luchar contra ti ese algo en aras de su supervivencia. Pero cuando puedes amar a tu ego completa e incondicionalmente, y aceptas que forma parte de tu manera de expresarte en esta vida, deja de ser un problema. Ya no impide tu crecimiento; al contrario, es un recurso y un don.

Todos hemos nacido con un ego; es parte natural de quienes somos en este mundo. El ego sólo desaparece por completo después de la muerte. Luchar contra él durante la vida sólo crea más autocrítica. Además, sólo somos capaces de aceptar el ego de los demás cuando amamos incondicionalmente a nuestro ego. Sólo entonces

deja de ser un problema, y tu humildad y magnificencia brillan realmente en toda su plenitud.

P: ¿Qué opinión tienes del servicio y de servir a los demás?

R: Cuando el servicio nace del núcleo de nuestro ser, constituye la forma más elevada de amor hacia uno mismo. Podemos reconocer que el ánimo de servicio proviene de nuestro centro cuando nos sentimos dichosos sirviendo; ¡entonces no supone ningún esfuerzo y además resulta placentero! Esa forma de servicio nos enaltece por igual a nosotros mismos y al receptor, y ayuda a incrementar el sentimiento de autovalía de quien lo recibe.

Pero si, por el contrario, realizamos el servicio por obligación o por sentido del deber, lo sentimos como algo serio y pesado que incluso drena nuestra energía. Eso no nos hace ningún bien, y tampoco le aporta gran cosa al receptor, sobre todo si éste siente que lo hacemos por obligación. Esa forma de servicio suele hacer que el receptor se sienta disminuido y sin valía.

Además, cuando una acción emerge desde el centro de nuestro ser no es ya una acción: es quienes somos y lo que somos. Cuando la acción emerge del núcleo de nuestro ser no necesitamos pensar en ello o esforzarnos: somos un instrumento para que el servicio se manifieste en este planeta. En eso se diferencia el auténtico *servir del mero hecho de realizar un servicio*.

Esa forma de servicio conectado aflora cuando te das cuenta de que no hay separación entre tú y el Universo. Es el resultado de saber que lo que yo hago por el Todo también lo estoy haciendo por mí misma, y viceversa. ¡Es un estado verdaderamente placentero y regocijante!

P: Cuando miro a mi alrededor, me parece que hay muchos rencores, discusiones e incluso una rotunda hostilidad, que provienen de que todo el mundo insiste en que su punto de vista es el único verdadero. Pero tu vivencia y la de muchos otros que han tenido experiencias cercanas a la muerte indican que lo que consideramos realidad no es ni más ni menos que una especie de sueño. Así que, en esencia, lo que hace la gente es discutir acerca de quién tiene la ilusión más válida. ¿Qué piensas de este tema?

R: Yo sólo puedo compartir lo que he experimentado. Lo que yo sentí cuando «me morí» fue como si me despertara de un sueño. No sentí que me fuera a algún lugar, sino como si me despertara y tuviera una capacidad sensorial omniperceptiva, esto es, una visión de 360 grados y una total *sinestesia*, es decir, que lo percibía todo simultáneamente. ¡Podía ver, oír, sentir y saber *todo* lo que tenía que ver conmigo y me era pertinente! Vivía mi pasado, mi presente y mi futuro simultáneamente. También sabía lo que ocurría más allá de las paredes y en cualquier lugar del espacio, siempre y cuando tuviera alguna relación conmigo; de ahí que viera y escuchara las conversaciones de mis médicos, a mi hermano en un avión, etc.

Fue algo así como si una persona ciega pudiera ver por primera vez. El ciego no se va a ninguna parte al abrir los ojos, ¡pero se asombrará ante la claridad con la que

experimenta la realidad del mundo frente a la apariencia que él pensaba que tenía! Comprenderá de inmediato cosas que antes habían quedado fuera de su comprensión conceptual, como el color o las tonalidades.

De manera análoga, yo experimenté esta increíble comprensión de que estamos todos interconectados y de que lo que yo siento afecta al universo entero, porque el Todo está en mi interior. En lo que a mí respecta, si yo soy feliz, el Universo es feliz. Si yo me amo a mí misma, todo el mundo me ama y yo también lo amo, y así sucesivamente.

Tras volver, he perdido parte de esa percepción acrecentada que tuve durante la ECM, pero no han desaparecido la comprensión, la claridad y los sentimientos de amor que experimenté allí.

Los trazos sueltos del universo ya han quedado conectados y ahora no puedo volver a pensar de la manera en que lo hacía antes. Recordemos al ciego de antes e imaginemos que vuelve a su ceguera. Aunque ya no pueda ver el mundo, ahora ya sabe qué apariencia tiene cada vez que interactúe con él. Algo así es lo que me pasa a mí ahora.

En cuanto a lo de que este plano no es real, lo que yo siento es que cada uno de nosotros ha creado su propia realidad basada en cómo creemos que es el mundo. En ese estado de despertar sentí que esta existencia en 3D es sólo una culminación de mis pensamientos. Cuando pasé al otro ámbito, me desperté, de hecho, a un espacio que es más real que éste, ¡como cuando nos despertamos de un sueño y nos encontramos con la realidad cotidiana!

P: ¿Qué piensas de la religión? Me he dado cuenta de que hablas muy poco o nada sobre ese tema cuando cuentas tu experiencia.

R: Eso es porque la muerte trasciende toda religión. Creamos una religión para ayudarnos a vivir o para intentar comprender la muerte, pero después de experimentar el otro ámbito, intentar encajar esa realidad infinita en el marco de una religión, cualquiera que sea, no conduce más que a limitarla.

Otra razón por la que realmente no hablo de ese tema es porque creo que la religión puede ser causa de división, y no hay nada más alejado de mi intención que ello. Prefiero sin duda ser inclusiva que exclusiva. Lo que yo experimenté es que todos somos Uno y que, cuando morimos, vamos todos al mismo lugar. Da igual que creas en Jesús, en Buda, en Shiva, en Alá o en ninguno de ellos; lo que importa es *cómo te sientes contigo mismo justo aquí y justo ahora, porque eso es lo que determina cómo desarrollas tu vida aquí*. No hay más tiempo que el momento presente, así que lo importante es que seas tú mismo y vivas tu propia verdad. Son tan valiosos para la humanidad los científicos que viven con pasión y entusiasmo de acuerdo con su magnificencia que una sala entera llena de Madres Teresas.

P: Entre las afirmaciones que has hecho sobre lo que has entendido a partir de tu experiencia, hay una que me ha parecido especialmente fascinante, ya que tiene implicaciones profundas, multifacéticas y de largo alcance. Me refiero a tu

opinión de que podemos alterar efectivamente nuestro pasado a través de las elecciones que vamos haciendo momento a momento mientras nuestras vidas se van desplegando hacia el futuro. ¿Estoy sobreentendiendo demasiado a partir de tus palabras o lo que acabo de decir se acerca a lo que has comprendido?

R: Has interpretado perfectamente lo que quería transmitir. Siento que el único punto en el tiempo del que verdaderamente disponemos para crear nuestra realidad es el momento presente. Fíjate en que, con toda intención, no he dicho «crear nuestro futuro». En ese estado, sentía el pasado y el presente como algo fluido, y por ello tenía la capacidad de alterar los resultados de mis pruebas médicas en función de si decidía volver o no.

Estoy de acuerdo en que esto es realmente importante, dadas sus implicaciones. Para mí este hecho sigue desplegándose día tras día, y ahora esa conciencia se ha convertido en algo mayor que la ECM misma.

P: Cuando explicabas tu ECM has dicho: «Todas las enfermedades empiezan primero en la energía y después se manifiestan en el cuerpo». ¿Tienes alguna percepción acerca de cómo se produce eso y cuál es la causa de que se produzcan las enfermedades?

R: Durante mi ECM sentí como si mi cuerpo no existiera en su forma sólida. Yo era simplemente pura energía; tal vez eso pueda interpretarse como el alma o el espíritu. Esa energía era mucho más grande que el cuerpo, y si suelo emplear el término «magnificente» es porque así es como me sentía en ese estado. Era casi como si tener un ser físico fuera un pensamiento ulterior, como si para tenerlo hubiera que pensar en ello. Esa masa de energía infinita era mi ser verdadero, y el cuerpo era sólo un «barómetro», como un instrumento que daba la medida de cuánta de esa fuerza de vida estaba «transmitiéndose» o era expresada. Parecía como si el mundo 3D fuera la «otra» dimensión, mientras que lo auténticamente real era mi masa energética.

A partir de ahí, sentí que cuando decimos que hay gente que tiene vibraciones más altas probablemente queremos decir que están dejando pasar a través de sí más cantidad de su auténtica magnificencia, de forma que las lecturas que marca su «barómetro» son más altas. Consecuentemente, su energía positiva y su presencia física son poderosas. Pero en ese ámbito nadie es más fuerte ni más débil. Todos son magnificentes. Pero cuánta de esa magnificencia expresamos a través de nuestros cuerpos en esta dimensión es algo que depende de nuestra elección.

P: ¿Estás sugiriendo que el poder de tu curación vino de dentro de ti y no de una fuente externa?

R: No provino de algo interno ni externo, o podría decir que fueron ambas cosas a la vez. Cuando dejé de expresarme desde el estado de dualidad, me di cuenta de que no había separación entre dentro y fuera. Me convertí en la Fuente de todas las cosas, y la Fuente se convirtió en mí. Pero si lo que quieres decir es si creo que fui yo —ya fuera como ego o como ser físico— quien causó mi curación, entonces la respuesta es no. La curación emanó del hecho de expresarme a través de mi yo infinito y de saber

que yo no estoy separada de la fuente de todo.

P: ¿Qué piensas sobre las diferentes modalidades de curación, tanto orientales como occidentales?

R: Creo que muchos tratamientos y modalidades son *útiles*.

Y quiero dejar muy claro que no creo que sea necesario tener una ECM para curarse.

Pero antes de la ECM, todo lo que yo hacía provenía de una atmósfera de temor, incluso lo que tenía que ver con curarme. Mi estructura psicológica era tal que sólo buscaba esos tratamientos debido a que tenía miedo de las consecuencias de no utilizarlos.

Cuando ese terror desaparece y nos ubicamos en una perspectiva de confianza, entonces las modalidades de curación tienen mucho mejores posibilidades de funcionar. Mi salud mejoró durante mi breve estancia en la India porque estaba alejada de esa atmósfera de temor. Estaba en una cultura que apoya una visión completamente diferente del cáncer, una mucho más positiva. En el occidentalizado Hong Kong, la mayoría de las personas con las que trataba tenían un miedo enorme al cáncer y me lo trasmitían a mí. Pero la India me proporcionó una perspectiva diferente que me dio esperanza. Yo deposité mi confianza en esa perspectiva y sentí los efectos en mi salud muy rápidamente.

P: Has dicho que tu cáncer pareció curarse cuando fuiste a la India y recibiste tratamientos ayurvédicos, pero que cuando regresaste a Hong Kong la enfermedad volvió. ¿Por qué crees que el cáncer desapareció aparentemente en la India pero después volvió en Hong Kong?

R: Insisto: creo que el ayurveda me funcionó en la India porque allí no había conflicto. Todos a mi alrededor creían lo mismo, y lo que yo hacía tenía sentido para todo el mundo. No había confusiones. Por primera vez sentí que estaba en el camino correcto. Además, tenía mucho apoyo por parte de los doctores ayurvédicos, los *ashrams*, etc., que creían todos en esta modalidad de sanación.

Pero en Hong Kong las opciones eran innumerables y multiculturales, ¡y las diversas modalidades entraban en conflicto unas con otras! Mi primera elección nunca fue la medicina occidental convencional, pero si no me hubiera sentido atraída por los demás métodos la habría elegido. En cualquier caso, personalmente, era lo último que quería emplear.

Creo que si hubiera nacido y hubiera sido educada en China, me habría servido la medicina tradicional china, aunque puede que en ese caso ni siquiera hubiera enfermado, para empezar. ¿Sabes que en la cultura china al cáncer se lo denomina «la enfermedad de los occidentales»? Porque la incidencia del cáncer en China, Japón e incluso en la India es mucho más baja que en los países occidentales. Algunas personas creen que es debido a la dieta, pero yo creo que ése es sólo uno de los factores. Hay otro factor, posiblemente más relevante, que reside en el modo de pensar. En occidente se cree en el cáncer, se le tiene miedo ¡y hay constantes

campañas de «concienciación»! La medicina occidental convencional se centra en la detección del cáncer, y la mayor parte de su tecnología se dedica a diagnosticarlo, en vez de a promover el equilibrio y el bienestar físico global.

P: ¿Qué diferencias experimentaste entre los métodos de curación orientales y los occidentales?

R: Ir cambiando de un sistema a otro provocó que mi estado emocional fluctuara entre el miedo y la esperanza.

Los doctores occidentales se centraban solamente en el cáncer, haciéndome sentir como si algo externo estuviera atacando mi cuerpo y yo tuviera que librarme de ello. En otras palabras, el cáncer era el enemigo y había que atacarlo. Sus diagnósticos siempre infundían miedo.

En cambio, los doctores orientales (tanto del ayurveda como de la medicina tradicional china) se ocupaban de mi bienestar de manera más holística. Contemplaban mi enfermedad como la manera en que mi cuerpo intentaba curarse de sus desequilibrios, y no sólo de los físicos, sino también de los emocionales y mentales. Desde su perspectiva, el cáncer era, de hecho, mi aliado. Esos métodos eran mucho más reconfortantes y me daban más esperanza.

Después de mi ECM me resulta más fácil ver que el cáncer, en sí mismo, no era ni el enemigo ni la enfermedad. Ahora sé lo que estaba intentando decirme. En mi caso, el cáncer era ciertamente la forma que tenía mi cuerpo de intentar curarme. El hecho de verlo como un enemigo que tenía que ser aniquilado no me servía para librarme del problema subyacente que lo causó inicialmente. Algo más profundo se resolvió durante mi ECM, provocando que las células del cáncer desaparecieran.

P: Parece que estás diciendo que el hecho de que haya diversos enfoques de curación se debe a las diferencias culturales, y que no hay una superioridad intrínseca de una modalidad sobre otra en lo que respecta al cáncer. ¿Lo he entendido bien?

R: Sí. Eso es esencialmente lo que quiero decir, basándome en mi experiencia. Es preciso recordar que, desde mi perspectiva, muchas de las enfermedades de hoy en día son realmente enfermedades mentales y espirituales que acaban por manifestarse en el cuerpo. Un tratamiento que se dirija a la mente y al espíritu tendrá muchas más posibilidades de producir un cambio que un enfoque que sólo se limite al cuerpo. Además, una modalidad que esté sostenida de todo corazón por la cultura en la que está inmersa será más efectiva que una que no disfrute de esa fuerza subyacente, sobre todo si se dirige también a la estructura mental y al estado espiritual del paciente.

P: A partir de tu experiencia, ¿qué piensas sobre el cáncer y la medicina? ¿Crees que nos estamos aproximando a encontrar una cura para el cáncer?

R: Personalmente, y siempre debido a mi propia experiencia, creo que en casos específicos como el mío el cáncer es una enfermedad de la mente y del alma, no del cuerpo. La manifestación física es sólo un síntoma de algo más profundo. No creo

que la cura de esos casos esté en la medicina, porque los científicos buscan en los lugares equivocados: sólo estudian los síntomas, no la causa, y sólo crean fármacos que enmascaran los síntomas. De este modo son capaces de controlar los síntomas, pero no creo que encuentren una «cura».

Basándome en lo que comprendí a partir de mi enfermedad y de mi ECM, encuentro que la investigación de las causas de las enfermedades es un campo muy rico y prometedor. Pero por desgracia, no he visto ninguna investigación realmente bien fundada sobre lo que yo creo que son las verdaderas causas del cáncer, mientras que se están gastando miles de millones de dólares en enfoques farmacéuticos. A menudo me pregunto si lo que sucede es que es más fácil ganar dinero vendiendo medicinas que ir suscitando y reafirmando entre la gente la percepción de su propia magnificencia divina.

Creo que la aparición de mi cáncer estaba relacionada con mi sentimiento de identidad, y siento que ésa fue la forma que tuvo mi cuerpo de decirme que mi alma estaba sufriendo por la pérdida de su propia valía, de su identidad. Si hubiera sabido la verdad de quién soy *realmente*, no habría tenido cáncer.

P: ¿Cuál es tu opinión sobre el dinero, desde la perspectiva de la otra vida? Algunas personas creen que el dinero es la causa de muchos de los problemas y los males de este mundo. ¿Tú qué crees?

R: El dinero, por sí solo, no tiene ningún poder más que el que elijamos darle, al igual que pasa con todo lo demás en esta dimensión. Toda cosa puede utilizarse para bien o para mal, pero en y por sí misma es solamente neutral. Somos nosotros quienes elegimos darle poder. Proyectamos nuestros juicios (tanto negativos como positivos) sobre el dinero, la religión, la raza, etc. Creamos ciertas creencias sobre esas cosas, les añadimos una carga emocional y ¡listo!: hemos originado una situación en la que la gente o se hace más fuerte o tiene que luchar para defenderse.

No digo que esto sea malo; puede que sea incluso una parte necesaria de la existencia de este mundo. Vivimos en un plano de apariencia dual en el que siempre estamos decidiendo lo que es bueno o malo, lo que es negativo o positivo. Tenemos emociones y las volcamos en nuestras creencias, incluyendo las que tenemos sobre el dinero. Podríamos dirigir esas mismas cargas emocionales hacia otra cosa, otra mercancía o sistema de intercambio, y eso tendría entonces el mismo poder que tiene el dinero en la actualidad.

Pero la muerte trasciende la dualidad. También trasciende la religión, la raza, la cultura y todos nuestros valores y creencias. No somos ninguna de esas cosas; simplemente, nos expresamos a través de ellas en este punto del tiempo. Nosotros somos mucho, muchísimo más.

P: Muchas personas que desearían curarse quieren saber cómo se puede lograr eso que expresas como «confiar en tu propia curación», «soltar el control y permitir la curación» o «acceder a tu lugar de curación». ¿Tiene alguna utilidad para el ciudadano medio alguno de esos lemas? La gente que quiere

curar su cuerpo necesita saber cómo poner tales cosas en práctica.

R: No me gusta recomendar ningún conjunto de métodos o de instrucciones, ni nada de eso; porque si lo hiciera, sólo estaría creando más dogmas, mientras que de lo que se trata es precisamente de librarse de todo eso. Lo que sí hago es sugerir que no se deben ver la enfermedad o los síntomas como «algo de lo que hay que librarse», como si fuera un enemigo. Eso es una reacción basada en el miedo. Para mí, la aparición de los síntomas de la enfermedad es la forma que tiene mi cuerpo de intentar curarme.

Sé que si intento eliminar la enfermedad con una actitud antagónica acabaré logrando justamente lo opuesto, es decir, suscitando la reacción inversa a la curación y sumergiéndome aún más en la mentalidad enferma.

Eso no significa necesariamente que ya no debas ir a ver a un médico nunca más. Tan sólo estoy mostrando mi forma de ver la enfermedad y sus manifestaciones físicas en el cuerpo. La idea es no obsesionarse con ello y dejar de pasarse todo el tiempo haciendo cosas con el único propósito de librarse de la enfermedad. De hecho, es mucho más productivo distraerse y mantenerse ocupado con actividades que te estimulen de una forma positiva y creativa.

Si fuera mi caso, yo intentaría, tanto como me fuera posible, librarme de la necesidad de que mi salud sea de una cierta forma para así poder encontrar la felicidad, y, en cambio, me dedicaría a crear dicha en el momento presente como si ya estuviera sana. Vivir en el presente significa que uno no anda acarreando equipaje emocional de un segmento del tiempo a otro. Cada instante es único e irrepetible. Depende de nosotros decidir si queremos acarrear sin descanso nuestros miedos con nosotros, manteniéndonos de este modo permanentemente atrapados en la enfermedad.

No hace falta que seas un gurú espiritual ni nada de eso. Simplemente, saca el mejor partido de cada minuto viviéndolo al máximo y dedicándote a cosas que te hagan feliz, tanto si te queda un mes de vida como si te quedan cien años.

P: Las teorías son interesantes, pero ¿qué pasa con la parte práctica? ¿Qué haces ahora para permanecer sana? ¿Qué es lo que comes y qué es lo que evitas incluir en tu dieta?

R: Bueno, tengo que reconocer que mi dieta sí ha cambiado desde mi ECM, ¡pero me temo que no del modo en el que estás pensando! Antes solía ser una paranoica con lo que comía. Era vegetariana estricta, sólo consumía comida ecológica, mi dieta era macrobiótica y tomaba suplementos vitamínicos y zumo de brotes de trigo. ¡Y eso antes de estar enferma! En aquel entonces creía que todo causaba cáncer, desde los microondas hasta los conservantes, de modo que practicaba una dieta muy sana, pero lo hacía por miedo.

Ahora me alimento de todo lo que me apetece. Me gusta el chocolate, y también disfruto de un buen vino o champán de vez en cuando. ¡Lo único que hago es asegurarme de pasar un buen rato disfrutando de la comida y de la vida! Creo que es

más importante ser feliz que ninguna otra cosa.

No tiene ninguna gracia comer todos esos alimentos supuestamente sanos por miedo a enfermar y, mientras tanto, sentirse uno miserable haciéndolo. La ansiedad es causante por sí misma de un montón de problemas. Nuestros cuerpos son mucho más resistentes y adaptables de lo que creemos, sobre todo si somos felices en vez de estar bajo tensión.

Ahora, incluso cuando elijo comer sano, lo hago por amor y no por miedo. Ése es el método que aplico a todos los aspectos de mi vida, y te invito a vivir de la misma manera.

P: De todo lo que has comprendido a raíz de la ECM, ¿qué mensaje o lección querrías que todo el mundo supiera o entendiera, algo que desearías gritar a los cuatro vientos desde los tejados?

R: Me gustaría que todo el mundo supiera que cada parte de sí mismo es magnificente. Quisiera decirte que cada parte de ti está llena de magnificencia: tu ego, tu intelecto, tu cuerpo y tu espíritu. Eres magnificente, un hermoso producto de esta creación del Universo. Todos y cada uno de tus aspectos es perfecto. No es preciso soltar o abandonar nada; no hay nada que perdonar, nada que lograr. ¡Ya eres todo lo que necesitas ser! Puede parecer complicado, pero no lo es.

Si una religión te hace sentir inferior a sus dioses, entonces o bien la has malinterpretado o bien no está cumpliendo con su cometido de enseñarte la verdad. Si un gurú, un maestro o un mentor te hacer sentir que no estás iluminado «todavía» y que aún te queda más que «aprender», que «liberar», que «soltar» o «dejar atrás» antes de llegar ahí, entonces es que, o bien no está haciendo correctamente su trabajo de enseñarte quién eres tú en realidad, o bien es que le estás entendiendo mal.

Recuerda a quienes te rodean que se permitan a sí mismos ser ellos mismos, ¡y diles que los amas exactamente tal cual son! Ellos son perfectos, y tú también lo eres. No hay nada que no sea amable. La mayor parte del sufrimiento proviene de sentirse inferior, de sentirse «menos que algo o alguien». ¡No eres menos que nada ni nadie! Estás completo.

Lo *único que necesitas aprender es que tú ya eres lo que aspiras a ser, ya eres lo que estás buscando alcanzar*. Simplemente, expresa tu singularidad *sin miedo,* ¡con abandono! Para eso eres como eres, y por eso estás aquí, en este mundo físico.

Epílogo

Antes de terminar quiero dejarte unas palabras finales.

Recuerda siempre no delegar tu poder. En vez de eso, entra en contacto con tu propia magnificencia. Y en cuanto a encontrar el camino correcto, cada persona tiene el suyo. La única solución universal que tengo es que te ames a ti mismo incondicionalmente y que no tengas miedo de ser tú mismo. Ésa es la lección más importante que aprendí en mi ECM, y creo sinceramente que, si siempre hubiera sabido esto, para empezar, nunca habría tenido cáncer.

Cuando somos fieles a nosotros mismos, nos convertimos en instrumentos de la verdad en este planeta. Como todos estamos conectados, tocamos las vidas de todos los que nos rodean, que a su vez afectan a las vidas de otros. Así, nuestra única obligación es ser el amor que somos y permitir que nuestras respuestas surjan de nuestro interior de la forma más apropiada para nosotros.

Finalmente, nunca me cansaré de repetir lo importante que es que disfrutes de ti mismo y de la vida sin tomarte a ti mismo ni la vida demasiado en serio. Uno de los mayores defectos de muchos sistemas espirituales tradicionales es que a menudo nos conducen a tomarnos la vida demasiado en serio. Y a pesar de que ya sabes que detesto crear doctrinas, si alguna vez tuviera que crear un conjunto de principios para recorrer el camino espiritual hacia la curación, el número uno de mi lista sería que hay que reírse tan a menudo como uno pueda a lo largo del día y todos los días, y preferentemente de uno mismo. Eso estaría, sin duda, muy por encima de cualquier forma de oración, meditación, mantra o cambio de dieta. Los problemas del día a día no parecen tan grandes cuando se ven a través del filtro del humor y del amor.

En esta era de las tecnologías de la información, nos bombardean con noticias a velocidades de vértigo. Vivimos en una época de mucho estrés y temor, y mientras nos dedicamos a protegernos de todo lo que creemos que está «ahí fuera», nos olvidamos de disfrutar de nosotros mismos y de cuidar lo que llevamos dentro.

Nuestra vida es nuestra oración, es nuestro regalo para este universo; y los recuerdos que dejemos aquí cuando algún día abandonemos este mundo serán nuestro legado para nuestros seres queridos. Nos debemos a nosotros mismos y a todos los que nos rodean ser felices y expandir esa felicidad a nuestro alrededor.

Si podemos ir por la vida armados de buen humor y de la comprensión de que somos amor, estaremos ya entre el pelotón de cabeza de este juego. ¡Añadámosle a la mezcla una buena caja de bombones y sin duda tendremos la fórmula ganadora!

Te deseo que disfrutes, mientras te percatas de tu magnificencia y aprendes a expresarte en el mundo sin miedo.

Námaste!

Agradecimientos

Para mí ésta es posiblemente la parte más importante del libro. Aquí es donde puedo expresar mi gratitud a todos los que, de una forma u otra, son parte integral de esta obra. Algunos han estado directamente implicados en su realización y otros lo han estado indirectamente, pero todos han desempeñado un papel importante en mi viaje de allí a aquí.

Gracias al doctor Wayne W. Dyer. ¿Qué puedo decir? Tu generosidad de espíritu sigue dejándome sin palabras (y eso no me ocurre a menudo). Sé que el universo conspiró para unirnos (incluso antes de que fuéramos conscientes de ello) en el momento perfecto. Eres una parte intrínseca de este viaje y no podría haberlo logrado sin ti. Tu amabilidad y tus consejos a lo largo de todo el camino han significado mucho para mí, y a nadie le sorprende que el mundo se sienta inspirado por ti. *Gracias, gracias, gracias desde el fondo de mi corazón por abrirme la puerta a compartir mi historia con el mundo y por hacer mi vida tan mágica. Pero sobre todo, gracias por ser tú. Te quiero mucho*.

A mi mejor amigo y hermano del alma, Rio Cruz. Todas las palabras de gratitud que pueda decir suenan tópicas y no son ni remotamente suficientes para trasmitir lo que siento por nuestra amistad. Durante estos años has sido una influencia integral en mi vida, ayudándome mientras intentaba encajar en este mundo que no estaba listo para oír lo que yo tenía para compartir. Tu vasto conocimiento sobre las ECM me ha supuesto un gran consuelo y un apoyo constante cuando los demás se cuestionaban mi cordura. No hay palabras para agradecerte lo bastante todo eso. Eres mi mejor amigo y creíste desde el principio que tenía que compartir mi historia con el mundo. Gracias por darme los empujoncitos que he ido necesitando durante el viaje que ha supuesto este libro y por animarme hasta que por fin conseguí llevarlo a buen término. ¡Te quiero mucho, amigo!

Gracias a Mira Kelley. ¡Eres un alma muy hermosa! Muchas gracias por haber sido parte de las sincronicidades que hicieron falta para llamar la atención del doctor Dyer sobre mi historia. Tus acciones fueron las que llevaron la teoría a la práctica, y éste es el resultado. ¡Te quiero!

Gracias a Jessica Kelley, mi editora. Muchísimas gracias por ayudarme a dar vida a mi historia en estas páginas. Te estoy muy agradecida por tu paciencia y por ser siempre tan rápida en la comprensión de lo que estoy intentando decir. Ha sido un placer trabajar contigo. ¡Gracias!

Gracias a Reid Tracy, Shannon Littrell y a todos los de Hay House. Gracias por vuestro apoyo. Estoy encantada de ser parte de la familia de Hay House.

Gracias al doctor Jeffrey Long, creador de la Fundación para la Investigación de las Experiencias Cercanas a la Muerte (NDERF). Gracias por reconocer la

importancia de mi mensaje, por colgar mi experiencia en el sitio web de la Fundación y por llamar la atención del mundo sobre ella.

Gracias al doctor Peter Ko. Le estoy muy agradecida por interesarse en mi caso y por venir hasta Hong Kong para conocerme y estudiar mis informes médicos. Gracias por su perseverancia y por su análisis detectivesco de mi enorme pila de informes y archivos.

Gracias al doctor Brian Walker, nuestro médico de cabecera y amigo. Sé que te di un buen susto. Gracias por no rendirte conmigo y por estar ahí para todos nosotros durante aquellos días difíciles.

Gracias al maravilloso equipo de médicos y al personal sanitario del Hong Kong Sanatorium, que me atendió durante las horas más oscuras. Gracias por permitir al universo hacer su trabajo a través de vuestras manos.

Gracias a la hermosa familia de la NDERF. Habéis sido mi comunidad, mi familia y mis amigos durante los últimos cinco años. Gracias a Dave Thaler, Lucas Tailor, Mark Sweeney, Alison Bruer, Bailey Struss, Cloe Solis, Dave Maswarey, Don O'Connor, Wayne Hart, Carla Dobel y Lorraine. No habría podido sobrevivir a este viaje sin todos vosotros, porque me habéis acogido en una comunidad a la que siento que pertenezco y me habéis regalado muchas risas durante el camino. Os adoro a todos.

Y finalmente, gracias a mi maravillosa familia: a mi hermano Anoop, que es una de las personas más importantes de mi vida, y a su familia, Mona y Shahn. Y gracias también a mi querida madre, cuyo amor por mí siempre ha sido inquebrantable e incondicional. Te quiero mucho, querida mamá, y siento haberte hecho pasar por tanto dolor. Y por último, pero no por ello menos importante, gracias a mi amado esposo. Me siento bendecida por tenerte en mi vida y sé que siempre has sabido cuánto te quiero. Amo lo que tenemos con todo mi corazón, y espero que estemos juntos el resto de nuestras vidas. Te quiero, cariño.

ANITA MOORJANI nació en Singapur, hija de padres indios. Se mudó a Hong Kong cuando tenía dos años y desde entonces ha vivido toda su vida allí. Anita estuvo trabajando en el mundo empresarial durante muchos años hasta que le diagnosticaron un cáncer en abril de 2002. Su fascinante y conmovedora experiencia cercana a la muerte que sucedió a principios de 2006 cambió radicalmente su perspectiva sobre la vida, y ahora su trabajo se centra en la comprensión y la transmisión de lo que aprendió mientras estaba en el otro ámbito. Como resultado de su experiencia cercana a la muerte, Anita recibe invitaciones de todo el mundo para impartir conferencias y seminarios sobre su experiencia. La invitan habitualmente al departamento de Ciencias del Comportamiento de la Universidad de Hong Kong para hablar de temas tales como las perspectivas ante la muerte, cómo enfrentarse a una enfermedad terminal o la psicología de las creencias espirituales. Anita encarna la verdad de que todos tenemos un poder interno y una sabiduría que pueden superar incluso las circunstancias más adversas de la vida, y ella misma es la prueba viviente de que esa posibilidad existe.

Notas

[1] Sindh es una de las cuatro provincias de Pakistán. *(N. del T.)*. <<

[*] Medicina tradicional originaria de la India cuyos tratamientos incluyen dieta, medicamentos a base de plantas medicinales y masajes; y que hace hincapié en el uso del cuerpo, la mente y el espíritu en la prevención y el tratamiento de enfermedades. *(Nota de la Edición Digital).* <<